Donna Cunningham

A Lua na sua vida

O poder mágico e as influências sobre as mulheres

Nova Era

A LUA NA SUA VIDA

O poder mágico e as influências
sobre as mulheres

Outras obras sobre astrologia publicadas pela Nova Era:

A jornada kármica — Judy Hall
As influências da lua — E. Lukas Moeller
A luz brilhante do sol — Nezilda Passos
Emissários da Nova Era — Marcelo Baglione
Os doze apóstolos e a astrologia — Jeane Dixon
Seu futuro astrológico — Linda Goodman
Signos estelares — Linda Goodman
Os astros comandam o amor— Linda Goodman
Astrologia: a evidência científica — Percy Seymour
Astrologia dinâmica: ângulos e aspectos — Paulo Duboc
Signo solar, signo lunar — Charles e Suzi Harvey
Astrologia e homossexualidade — Huguette Hirsig
A luz do céu profundo — Getulio Bittencourt

DONNA CUNNINGHAM

A LUA NA SUA VIDA

O poder mágico e as influências sobre as mulheres

Tradução de
ALICE XAVIER DE LIMA



Rio de Janeiro
1999

CIP-Brasil. Catalogação-na-fonte
Sindicato Nacional dos Editores de Livros, RJ.

Cunningham, Donna, 1942-
C981L A Lua na sua vida : o poder mágico e as influências sobre as mulheres / Donna Cunningham. tradução de Alice Xavier de Lima. - Rio de Janeiro: Record: Nova Era. 1999.

Tradução de: The Moon in your life: being a lunar type in a solar world
Inclui apêndice e bibliografia
ISBN 85-01-05162-4

1. Astrologia. 2. Lua - Influências sobre as mulheres. I. Título.

99-1084 CDD - 133.53
CDU 133.522.3

Título original norte-americano
THE MOON IN YOUR LIFE: BEING A LUNAR TYPE IN A SOLAR WORLD

Publicado inicialmente em 1996 por Samuel Weiser, Inc. PO. Box *612* York Beach, ME 03910-0612 - USA

Os mapas reproduzidos neste livro foram calculados usando o programa Solar Fire, distribuído nos Estados Unidos por Astrolabe, P.O. Box 1750, Brewster MA, 02631.

Esta é uma edição revista e ampliada, que teve por base *Being a Lunar Type in a Solar World*, copyright © *1982* Donna Cunningham

As informações sobre florais e outras ferramentas de cura contidas neste livro são apenas para referência e não tencionam tratar, diagnosticar ou receitar: tampouco visam substituir a consulta com um profissional credenciado da área de saúde ou psicoterapeuta.

Direitos exclusivos de publicação em língua portuguesa para o Brasil adquiridos pela
DISTRIBUIDORA RECORD DE SERVIÇOS DE IMPRENSA S.A.
Rua Argentina 171 - Rio de Janeiro, RJ - 20921-380 - Tel.: 585-2000 que se reserva a propriedade literária desta tradução
Impresso no Brasil ISBN 85-01-05162-4

PEDIDOS PELO REEMBOLSO POSTAL Caixa Postal 23.052
Rio de Janeiro, RJ - 20922-970



Este livro é dedicado às Dianas da época atual, como deveria ser todo livro sobre a Lua. Em especial, gostaria de homenagear Diana Couper, que me amou na adolescência, quando eu não sabia como amar a mim mesma, e a minha irmã Diana Hill, uma mãe diante de grandes dificuldades.

Donna Cunningham

SUMÁRIO

MAPAS

TABELAS

FIGURAS

AGRADECIMENTOS

A Donald Weiser e Betty Lundsted, por acreditarem neste livro o tempo todo, por me animarem a escrevê-lo, mantendo no prelo a primeira edição, e por sugerirem e apoiarem a presente.

A alguns amigos cujo aporte aos vários tópicos desta nova edição foi valiosa: Bill Baeckler, Zylpha Elliott, Brendan Feeley, Gretchen Lawlor, Joyce Mason, Andrew Ramer, Lois Rodden, Linda Stone e Matthew Wood. A meu mais recente cunhado, Jim Hill, por cruzar as infovias em meu interesse; e para Madge, a quem você vai conhecer no Capítulo 16.

A meus auxiliares invisíveis, dentre os quais Richard e Izzie, cujos ditados no meio da noite respondem por algumas das páginas mais inspiradas deste e de outros livros. E a meu computador, um dos melhores presentes que o mundo solar me deu.

A Cheryl Woodruff, por pacientemente editar comigo manuscrito após manuscrito da primeira edição, mesmo quando não me ocorria a idéia de uma outra reescritura. E por suas inúmeras contribuições à minha vida pessoal e profissional desde então.

Às mulheres que me prestaram assistência na primeira edição, datilografando, lendo manuscritos, e me oferecendo um retorno e estímulos: Amy Fleetman, Heidi Ruthchild, Janice Murray, Jeannie Granata e Reseda Mickey.

À Ideal Publishing, pela permissão para reproduzir "How Astrology Can Help You Understand Your Weight Problem", da edição de *Astrology Plus* de maio de 1980 e "Messages From Mom", da edição de janeiro de 1981 da mesma revista.

À Sterling Magazines, pela permissão para reproduzir trechos das seguintes publicações: 1) "The Astrology Booksheff: New Evidence on Moon Mysteries", da edição setembro de 1979 de *Astrology Guide, 2*) "Mothers and Daughters", da edição de setembro de 1980 de *Astrology Guide*, e 3) "What's Ahead for the Man of Steel?", da edição de outubro de 1980 de *Your Personal Astrology*.

À Can-Am Publishing, pela permissão para reproduzir trechos de "What Gets Into Men?", extraídos do *Starcraft Horoscope Yearbook de* 1981, além de trechos de "Let The Moon Guide You Through 1982", do *Starcraft Horoscope Yearbook*, de 1982.

À CBS Publishing, pela permissão para reproduzir "Go With the Flow of Life", de *Astrology: Your Daily Horoscope.*

PREFÁCIO À EDIÇÃO ESTRANGEIRA REVISTA

Ser escritor é uma coisa engraçada. De um lado, suas palavras podem ficar impressas por tempo suficientemente longo para se converterem num constrangimento para você, como se tornaram, ao longo dos anos, algumas partes de meu livro *Being a Lunar Type in a Solar World*. Por outro, você pode ter a oportunidade de retornar a elas e reescrevê-las. Fiquei encantada quando a Weiser's me contatou na intenção de revisar este livro. Muito mudou no mundo e em minha maneira de ver as coisas, desde que ele foi escrito no final dos anos 70! Isso foi no apogeu do movimento feminista e do movimento do potencial humano. Foi naquela época em que todos nós estávamos convencidos de poder ser, fazer ou ter qualquer coisa que desejássemos, desde que pensássemos devidamente nisso

Eu tinha então 35 anos e todas as respostas, principalmente para as questões femininas. Agora eu já passei dos 50 e já não tenho tantas respostas — mas provavelmente seria mais de seu agrado. Muito particularmente, eu não tinha a mínima idéia da menopausa. Ela era alguma coisa que acontecia com as mães dos outros; eu, contudo, era excessivamente sofisticada, do ponto de vista psicológico, para que ela algum dia me acontecesse. Leia o capítulo 14 para descobrir até que ponto eu estava enganada, e como todos nós podemos aprender sobre e com essa fase da vida. Quando escrevi o original, eu tinha perdido um bocado de peso. Eu o estava mantendo bem e também quanto a isso sabia todas as respostas — agora já não estou conseguindo manter o peso e não tenho as respostas. Mesmo assim, os capítulos 11 e 12 podem se mostrar elucidativos em relação às lutas coletivas que travamos com os alimentos e o peso.

Portanto, como será o mundo hoje, em comparação com o jeito como ele se apresentava no final dos anos 70? As coisas estão mudando tão rápido, enquanto isto está sendo escrito, que seria prematuro tirar conclusões — do mesmo jeito como infelizmente foi prematuro aclamar

naquela época o progresso dos papéis femininos. Havia segredos de família sobre os quais nada sabíamos então, e que sabemos agora: a palavra incesto teria sido um choque, a família disfuncional ainda não tinha sido inventada e nós estávamos beatificamente inconscientes da co-dependência. Modismos vão, modismos vêm, mas uma coisa permanece constante — quanto menos atenção dermos a nosso lado lunar, mais sofreremos. E, naturalmente, há 15 anos a AIDS tinha apenas começado sua invasão silenciosa. Agora, ela é um pesadelo que roubou muitos de nossos homens lunares. Ela ameaça cada vez mais as mulheres, as crianças e os jovens e não pode senão alterar nossas relações amorosas, sejamos nós quem formos, numa época em que fazer sexo sem proteção torna-se tão potencialmente mortal.

As mulheres não estão se saindo lá muito bem em 1995. Decerto fizemos progresso, mas para cada liberdade conquistada, houve também uma perda. Muito mais mulheres que antes estão lutando para sustentarem sozinhas suas famílias. Os homens estão mais à vontade para abandonar a família e não pagar pensão. As mulheres que se casam pela primeira vez, ou que tornam a se casar talvez se confrontem com o estresse envolvido num número cada vez maior de famílias reconstituídas. Nossos salários não mudaram tanto assim, se comparados aos dos homens, e nossas novas carreiras não nos livram de carregar a responsabilidade de cuidar de nossas casas e famílias. De nós se espera não só que levemos para casa o alimento, mas também que o preparemos. Quase como se fosse o preço de nosso progresso, labutamos sob uma pressão fortíssima, para sermos perfeitas — e principalmente para parecermos perfeitas. Os homens agora rotineiramente abandonam as namoradas quando estas ganham peso, e é claro, de modo também estão vivendo de modo cada vez mais estressante, à medida que a competição no local de trabalho se intensifica e o apoio as suas necessidades lunares sofre também uma erosão. Leia o capítulo 13, para mais informações sobre os homens.

Esta nova edição também fornece uma oportunidade de incluir algumas das ferramentas de cura que se tornaram tão importantes em meu trabalho nos últimos 15 anos. Os remédios florais, apresentados no novo capítulo 5, são especialmente benéficos no tocante às questões lunares. Ter conseguido incluí-los valeu quase como um prêmio por fazer a

revisão. Ao longo do livro, existem ferramentas e técnicas que o ajudam a trabalhar seu lado lunar e a mantê-lo equilibrado. Algumas serão perfeitas para você, outras não terão atrativo; porém, ferramentas suficientes são apresentadas, de modo que haja sempre alguma coisa para cada leitor. Se você está sofrendo de sérios distúrbios lunares (uma nova expressão do momento!), vai precisar de mais coisas, além deste livro e de um frasco de florais, para resolvê-los. Entretanto, essas ferramentas podem ajudá-lo(a) no trabalho com seu médico, terapeuta ou grupo de auto-ajuda.

A versão original deste livro era mais voltada à auto-ajuda que a astrologia. Esta nova edição contém em geral mais material astrológico, como no capítulo 15, referente aos trânsitos da Lua natal e o que fazer com eles. Muitos capítulos contêm descrições dos 12 signos lunares. Você estará se beneficiando daquilo que nesses anos todos eu continuei a aprender sobre astrologia e questões lunares. Os novatos na área ainda poderão ler sem esforço grande parte deste livro. Entretanto, precisarão de seu mapa astrológico impresso em computador ou de usar as tabelas que constam de meu livro, *Signos Lunares*, *cujo* objetivo é servir de introdução para o público geral.

No final de meu livro, *Consulting Astrologer's Guidebook*, escrevi que aquele seria meu último livro sobre astrologia, declarando que você poderia dar boas risadas às minhas custas se eu estivesse enganada. Pouco mais de dois meses após sua publicação, a Weiser's me persuadiu a fazer essa revisão do *Como Ser um Tipo Lunar*. Segundo eles, era somente uma atualização, mas transformou-se num livro inteiramente novo. Portanto, talvez eu estivesse equivocada — quem sabe, novos livros virão. O que eu não farei será escrever outro livro sobre Plutão — ah, isso não! — logo, vocês aí que se divertem me chamando de "Nossa Senhora de Plutão", podem relaxar. (Mas não exagerem, porque eu SEI quem são vocês!)

Essa reescritura me lembra o quanto a astrologia é infinitamente frutífera como ferramenta para compreensão da vida. Ela funciona como uma lente para se examinar o mundo, e serve como um espelho para examinarmos a nós mesmos. Sempre enigmáticas, as Efemérides se mostraram para mim como um verdadeiro manual. Este livro, baseado em minhas observações e experiências com clientes, estudantes e amigos, ao

longo dos anos, tem por objetivo funcionar como um manual de sobrevivência lunar. Ele se destina a ajudá-lo a evitar as armadilhas de viver num mundo solar. Cada capítulo contém um instigante material sobre suas dificuldades de se integrar a Lua e suas necessidades e carências psicológicas correspondentes. Cada capítulo também contém técnicas para recuperar o equilíbrio. Espero que você faça um bom proveito!

Donna Cunningham
Port Townsend, Washington
Fevereiro de 1996

INTRODUÇÃO

Paisagens da Lua

Ser um Tipo Lunar num Mundo Solar: a frase soa familiar, não é mesmo? Mas quem são os tipos lunares? Para começar, todas as mulheres são lunares. Na astrologia tradicional, a Lua representa as mulheres, portanto este livro tem muito a dizer sobre o papel da mulher na vida moderna. A Lua está ligada ao signo de Câncer, portanto são lunares todas as pessoas nascidas sob este signo, ou com outros planetas no mesmo. Logo, todos os americanos são lunares — somos uma nação canceriana, com quatro planetas neste signo — e descobriremos que a astrologia nos dá uma valiosa percepção subjetiva das mudanças da vida americana neste século.

Todos somos, até certo ponto, tipos lunares, pois a Lua é uma força importante no horóscopo de todos nós. A Lua simboliza nosso lado emocional, a dependência e o desejo de segurança, nossa necessidade de ter um lar e raízes, e os vínculos que temos com nossas mães. Estas são necessidades humanas normais; no entanto, o mundo nos ensinou que isto é ruim, que devemos ser independentes, pouco emotivos e orientados para resultados. O livro irá explorar os conflitos dessas áreas lunares, ao lado das conseqüências da supressão de nossas necessidades lunares. Serão oferecidas sugestões sobre como se reconectar com a Lua.

Meu método consistiu em pesquisar profundamente cada um dos significados da Lua na astrologia tradicional — o signo de Câncer, as emoções, a alimentação, a maternação, o ciclo menstrual, os seios e o estômago. Nós vamos descobrir quão profundamente estão ligados os significados da Lua na vida real, por intermédio da pesquisa de disciplinas como a medicina, a ciência e a psicologia. De tão generalizadas as conexões, freqüentemente tornou-se difícil separar o material em capítulos. Não se pode escrever sobre problemas com o peso sem falar sobre

emoções, ou sobre mães, ou ainda sobre o ciclo menstrual. Não se pode escrever sobre tensão pré-menstrual sem levar em conta as emoções, ou a alimentação, ou as mães. Desse modo, cada capítulo fica dando voltas e voltas, como os próprios ciclos da Lua, infinitos.

Minha formação profissional inclui tanto a astrologia quanto o serviço social, e essa dupla perspectiva se reflete em minha abordagem. Durante algum tempo, não se sabia se este livro versava sobre astrologia, auto-ajuda ou questões da mulher. Por sorte, trata-se de uma combinação das três coisas, combinação esta que irá aprofundar o conhecimento do estudante de astrologia, ao mesmo tempo que dá ao leitor uma nova perspectiva e sugere maneiras de combater o estresse. Os *insights* e as ferramentas de crescimento são astrológicos, embora não se necessite ser astrólogo para compreender-lhes a utilização. Se você é novato em astrologia, pode passar por cima dos trechos que não entender. Coloquei-os aí só para alegria dos astrólogos. As idéias importantes estão em inglês comum. (Ou em sueco, ou em português, ou em qualquer outra língua que você esteja usando.)

O que o ato de trabalhar neste livro realmente explicitou é que as coisas NÃO estão bem para as mulheres— nem para os homens —, hoje em dia, por causa das rígidas crenças que a sociedade tem em relação àquilo que homens e mulheres devem ser. Iremos examinar essas crenças explorando a designação astrológica da Lua como as mulheres e de Marte como os homens. Em resumo, a Lua simboliza os papéis de proteção e cuidado destinados às mulheres, e também a preocupação supostamente feminina com as emoções, a dependência, a intuição e a necessidade de segurança. Marte, por outro lado, representa as preocupações supostamente masculinas como a agressividade, a competitividade, a necessidade de vencer, a dominação física, a raiva e a sexualidade. Todos nós temos a Lua e também Marte em nossos mapas, e precisamos integrar as necessidades e carências humanas representadas por ambos os planetas, ou sofrer com a falta de integridade. Nunca foi fácil viver esses papéis sexuais unilaterais, e as condições de hoje são de tal ordem que tornam impossível fazê-lo sem sofrer muito estresse. Os homens sofrem tanto quanto as mulheres, em razão dessas rígidas definições, e sofrem também ante as pressões cada vez mais fortes no sentido de que suprimam o lado lunar.

Cada capítulo, cada *área* da vida regida pela Lua foi uma revelação. Por vezes, senti-me como uma astronauta em minha espaçonave solitária rumo à Lua, explorando as crateras e as fissuras de meu próprio ser. Por exemplo, minha menstruação sempre me pareceu um estorvo a ser contornado; certamente, alguma coisa sem serventia. Idêntica foi minha atitude frente ao capítulo sobre a menstruação: eu não tinha vontade de começá-lo, mas a estrutura do livro determinava que fosse necessariamente coberto tudo aquilo que se relacionasse com a Lua. "Pois bem," pensei, "vou tratar do capítulo exatamente como trato minha menstruação — como uma coisa a ser superada o quanto antes, sem concentrar nela nem um pingo de atenção." Quando me aprofundei no tema do ciclo menstrual, entretanto, as recompensas foram muito ricas. Descobri que o hormônio estrogênio serve de ligação entre muitos dos significados astrológicos da Lua. Também ficou evidente que o ciclo pode ser uma chave para as mulheres equilibrarem seus corpos e emoções.

Nós cobriremos cada fase lunar, cada parte significativa dos ciclos vitais femininos. Iremos nos concentrar em especial naquilo que chamarei de liminares lunares — as mudanças de uma das modalidades de funcionamento lunar para outra. Estas mudanças incluem sair da meninice para a condição de mulher, na puberdade, quando começa a menstruação; passar da condição de jovem adulta à de mãe e parturiente, e incluem também a menopausa, ocasião em que o ciclo menstrual se encerra. Nem todas essas fases se aplicam a você neste momento, daí talvez haver capítulos que você prefira pular.

Caso não esteja planejando ter filhos, ou se seus filhos já estão grandes, talvez queira deixar de lado o capítulo 9, que trata da passagem à condição materna / paterna. Ou, talvez você tenha 35 anos e a menopausa se apresente só como uma possibilidade distante e bastante risível. Dentro de alguns anos, quando coisas estranhas começarem a acontecer com seu corpo e suas emoções, você talvez queira encarar, olho no olho, aquele capítulo. Pode ser uma referência à qual retornar com o passar do tempo, ou talvez tenha amigos ou familiares que mais adiante estejam atravessando essas fases, e para entendê-las achará proveitosas as seções relevantes. No momento, evite as partes que não se aplicam a você e vá em frente. Os dois últimos capítulos, sobre o trânsito da Lua natal e o equilíbrio do lado lunar de nossa natureza se aplicam a todos.

No que se refere à minha postura face a questões da mulher, gostaria de descrever a mim mesma como uma feminista com estafa — liberada, porém cansada. Já não consigo ver as mulheres como uma raça de nobres selvagens que seriam santas, caso libertadas, nem consigo ver os homens como opressores abjetos. Ainda há ocasiões em que sou uma feminista inflamada, como naquele instante em que descobri o material do capítulo 9, sobre o estrogênio sintético; mas são instantes perfeitamente equilibrados pelos momentos de minha vida pessoal em que sou a mulher total. Eu sou um emaranhado de contradições sujeitas a transparecerem apesar de toda a orientação de meus editores. *La donna é mobile.*

A parte mais difícil da tarefa de escrever o livro, não foi fazer a pesquisa, nem organizar os conceitos, nem colocar as palavras no papel. Foi lidar com os sentimentos trazidos à tona por cada um dos tópicos. Se fiquei mobilizada com muitas das questões tratadas aqui, muitas de vocês sem dúvida também ficarão. A consciência é o pré-requisito para a mudança. Logo, espero que as novas luzes que este trabalho lançará sobre o lado escuro da Lua ajudem você a integrar suas porções lunares e solares, de modo a formar um todo equilibrado.

CAPÍTULO 1

VISÕES MÍTICA, MÁGICA E MODERNA DA LUA

No decorrer de todo este livro iremos explorar o modo como vários assuntos associados à Lua na astrologia tradicional estão realmente associados em nossas vidas. A Lua tradicionalmente rege as mulheres, as emoções, a maternação, a segurança, a alimentação, o estômago, os seios e o ciclo menstrual. A estimulante confirmação desses antigos vínculos será encontrada por meio da pesquisa moderna. Este capítulo apresenta uma visão da Lua e das práticas espirituais referentes a ela para averiguar se estas nos ajudam a fazer a conexão com nosso lado lunar. As mulheres serão reveladas como criaturas lunares, e os problemas inerentes à supressão de sua natureza lunar serão explorados.

Mitos e Magia da Lua

> Desde nosso começo mais singelo até a época em que criamos cidades complexas, consideramos o universo essencialmente feminino, nascido da própria Deusa. A Grande Mãe era uma divindade complexa e ela podia aparecer sob qualquer forma, mas nós a venerávamos principalmente como a Lua.[1]

O culto à deusa foi outrora a religião dominante em todo o mundo. A deusa Lua tinha centenas de nomes: Diana, Ártemis e Hécata são os mais familiares. A deusa era objeto de culto, de ritual e de sacrifício. Na qualidade de patrona especial das mulheres, estas lhe faziam oferendas

[1] Geraldine Thorsten, *God Herself* (Nova York Doubleday, 1980), p.xiii.

para garantir fertilidade e um bom parto. Traços associados com as mulheres eram atribuídos à Lua, daí ter esta sido considerada instável e caprichosa, às vezes aberta e às vezes dissimulada. Algumas vezes a Lua simbolizava a Grande Mãe, em outras, a Destruidora. Segundo algumas teóricas feministas, a religião lunar em que havia sacerdotes e oráculos simbolizados pelas mulheres teria evidentemente coexistido com o matriarcado. Por volta de 1500 a.C., começamos obviamente a nos converter ao patriarcado, a um deus Sol e a um clero masculino. A condenação de bruxas à fogueira na Europa Medieval e na era de Salem foram as últimas destruições marcantes infligidas ao culto da deusa Lua.

Ao longo da história, a Lua e sua forma perenemente mutável têm sido uma fonte de mistério para líderes religiosos, poetas e o restante de nós. As pessoas ligadas à natureza usavam-na para determinar o tempo de atividades importantes. Culturas que vão desde os nativos americanos até os maometanos, passando pelos judeus ortodoxos, mediam o ano pelos meses lunares, a começar da Lua Nova e incluindo um ciclo lunar completo. Havia atividades recomendadas para cada fase da Lua e cada mês lunar. Ainda hoje, a Lua Nova de Touro é chamada de "Lua dos Lavradores", e os produtores rurais consideram-na a mais indicada para a semeadura dos cultivos. Os estudantes de astrologia que tentam fazer uma divisão lunar do tempo ainda consideram proveitosa essa técnica. (Modos de dividir o tempo usando a Lua serão ensinados mais adiante).

O psiquiatra Dr. Arnold Lieber, que não acredita em astrologia, explorou o impacto da Lua em seu livro, *The Lunar Effect* [2] [O Efeito Lunar]. Lieber declara que há duas modalidades de pensamento: 1) a modalidade racional, lógica e linear associada com o hemisfério esquerdo do cérebro, que ele rotula de *solar*, e 2) a modalidade intuitiva, emocional e criativa associada com o hemisfério direito do cérebro, que ele denomina *lunar*. Os dois hemisférios do cérebro têm sido objeto de muito estudo em décadas recentes. Os pesquisadores concordam em geral quanto ao fato de que os homens funcionam mais a partir do hemisfério esquerdo (solar), ao passo que as mulheres são mais ativas que os homens no hemisfério direito do cérebro (lunar).

Lieber declara que, no curso da história, a modalidade solar de

[2] Arnold Lieber e Jerome Agel, *The Lunar Effect* (Nova York: Anchor Press, 1978).

pensamento terminou por vencer e que o lado lunar acabou reprimido. Ele acredita que essa repressão nos tomou mais suscetíveis a enfermidades psiquiátricas e a súbitas explosões de violência. Conforme demonstrado em sua pesquisa, essas explosões podem ser deflagradas pela Lua cheia ou nova. Ele opina que os rituais das religiões lunares ofereciam uma válvula de escape para o lado emocional e intuitivo de nossa natureza, válvula que se perdeu quando a perseguição os extinguiu. Rituais e meditações da Lua ajudam a integrar a metade lunar da consciência e a aguçar a percepção de nossas porções lunares, de modo a nos reequilibrarmos. Em parte, aquilo que para homens e mulheres significa ser lunar, no mundo de hoje, é o esforço de reprimir o hemisfério lunar. Um dos principais remédios que analisaremos é a reintegração desse hemisfério do cérebro.

Ainda hoje sobrevivem traços remanescentes da Religião Ancestral fundamentados no culto à Lua, graças às diversas tradições das feiticeiras, que preferem chamar suas práticas de *Wicca*. Esses grupos não devem ser confundidos com o culto satânico ou a Magia Negra. Na Lua cheia elas realizam um sabá, uma cerimônia para venerar Diana e realizar trabalhos de cura. Muitas assembléias de bruxos têm linhagens antigas e freqüentemente matriarcais, pois as famílias deixam aos descendentes o legado desse conhecimento. Grupos pagãos não-tradicionais, alguns surgidos de raízes feministas, veneram a deusa, como parte da rejeição ao patriarcado. Eles reivindicam seu pleno poder espiritual pela associação com outras mulheres em meditação e rituais elaborados por iniciativa própria. Livros, oficinas e grupos ritualísticos que reverenciam o aspecto feminino do divino proliferaram nas duas últimas décadas.[3]

Os que estudam esoterismo, no século XX, não conseguem chegar a um acordo quanto à Lua e seu poder. Muitos ensinam que todos os corpos planetários são seres vivos em um nível de consciência que dificilmente podemos imaginar. Assim, alguns acreditam que a Lua é um poderoso ser do sexo feminino com o qual podemos nos sintonizar em certas épocas por intermédio do jejum, do celibato e do ritual. Outros, como Alice Bailey, acreditavam que a Lua fora outrora um veículo para

[3] O catálogo de venda a varejo publicado por Samuel Weiser tem quatro páginas de livras sobre a deusa a e a espiritualidade feminina, e Weiser cautelosamente neutro quanto a preferências espirituais!

semelhante ser; porém, constitui agora uma forma morta de pensamento que irá se desintegrar num futuro distante.[4] Gurdjieff discordava, acreditando que a Lua fosse um planeta à espera de nascimento, e que ganhava vida ao devorar almas humanas no momento da morte. Ele acreditava que somente aqueles, capazes de sobreviver à morte física, seriam os raros seres humanos a despertarem do comportamento de autômato para a plena consciência.[5] Eis aí dois extremos — a Lua, de um lado, detentora de poder de destruição absoluto e, de outro, destituída de qualquer poder além da considerável força da gravidade.

Vários ensinamentos concordam quanto à utilidade da meditação em grupo na Lua cheia. Centenas de organizações de ocultismo e espiritualidade no mundo inteiro realizam meditações nessa época. Os seguidores de Bailey ensinam que a prática não se destina ao crescimento individual, e sim ao beneficio do planeta, para expandir a consciência humana e nos alinhar com as energias espirituais mais elevadas. O jejum, as preces especiais e os rituais são com freqüência parte da preparação para essa prática, por eles considerada como um serviço que prestam. O momento da Lua cheia, em si, é especialmente poderoso, ocasião em que um forte fluxo de energia se abre entre os campos espiritual e terreno. Este momento não é seguro à meditação individual, já que às vezes a quantidade de força absorvida ultrapassa a que o estudante pode administrar sozinho. Meditar apoiado na segurança de um grupo é mais construtivo e produz um melhor fluxo de energia.

Três Luas cheias são consideradas especialmente poderosas. A primeira é nas imediações da festa da Páscoa cristã, quando o Sol está em Áries e a Lua, em Libra. A segunda é a Lua cheia búdica, chamada Wesak, com o Sol em Touro e a Lua em Escorpião. A terceira, que nenhuma religião do mundo celebra hoje em dia, é a Lua cheia da Boa Vontade, quando o Sol está em Gêmeos e a Lua em Sagitário. Estas são épocas de poder especial para os grupos esotéricos e espirituais de todo o mundo. Qualquer grupo que entre em sintonia com essas Luas cheias, quando tantas pessoas reúnem suas energias, devem vivenciar uma meditação especialmente intensa.

[4] Alice Bailey, *Esoteric Astrology*, Vol. III (Nova York: Lucis Publishing, 1971), p.13.
[5] P. D. Ouspensky, *In Search of the Miraculous* (Nova York: Harcourt Brace, 1949), pp. 81-85.

A Lua e a Ciência Moderna

Embora a ciência ridicularize como superstições a sabedoria popular sobre a Lua e a astrologia lunar, a pesquisa recente prova que, como corpo planetário, a Lua influencia aquelas áreas da vida que a astrologia tradicional atribui a ela. Os céticos inteligentes podem, às vezes, ser os melhores aliados dos astrólogos. Eles trabalham tão intensamente para desmoralizar a astrologia que terminam por descobrir evidências de cada uma das coisas que se propuseram a desacreditar. Um caso em questão é o de Françoise e Michel Gauquelin, psicólogos franceses que se tornaram os mais avançados pesquisadores da astrologia.[6]

O Dr. Arnold Lieber certamente se credencia como cético. Ele chama a astrologia de "pseudoconhecimento cósmico", e diz que sua popularidade se deve a um fracasso da sociedade em conciliar o lado intuitivo da natureza humana. Mesmo assim, o livro, *The Lunar Effect*, é, num prazo de anos, uma das provas mais valiosas e eletrizantes da astrologia. O livro informa sobre a própria pesquisa de Lieber (e de muitos outros), quanto aos efeitos da Lua no comportamento. A pesquisa se refere a diferentes efeitos, registrados em diferentes fases da Lua e a variadas distâncias do oceano. Apesar da ignorância astrológica, esses pesquisadores demonstram os vínculos existentes entre os vários significados astrológicos da Lua.

Por exemplo, na astrologia, a Lua mostra nossas emoções e a forma como as expressamos. Lieber cita dezenas de estudos que mostram um aumento do estresse emocional durante as Luas cheia e nova. Um hospital psiquiátrico da rede pública no Texas, constatou um significativo aumento de internações durante a Lua cheia e o quarto minguante. Outro psiquiatra, M. H. Stone, registrou aumentos de episódios maníacos durante as Luas cheia e nova. A pesquisa de Lieber também mostrou que a criminalidade segue as fases da Lua. No estado de Cincinnati, as fases cheia e nova da Lua trouxeram aumentos de casos de agressão física, embriaguez e perturbação da ordem, além de estupro. Lieber estudou os homicídios e constatou que na Flórida os casos mostravam um pico

[6] Você pode ler roais sobre a obra deles em *Cosmic Influences in Human Behavior* (Santa Fe: Aurora Press. 1979), da autoria de Michel.

acentuado durante a Lua cheia e um pico menos pronunciado durante a Lua nova. Os padrões em Ohio eram diferentes mas ainda consistentes, com os homicídios atingindo picos três dias depois do início da Lua cheia e da Lua nova. Em Nova York, Filadélfia, Los Angeles e Miami os casos de incêndio criminoso aumentam durante a Lua cheia.

Na astrologia, a Lua está ligada às mulheres e ao ciclo menstrual. Sem ter conhecimento de astrologia, Lieber cita estudos que mostram que as mulheres ficam muito mais sujeitas a crises emocionais, como internações psiquiátricas ou tentativas de suicídio, durante o pré-menstrual. (As razões disso serão analisadas no capítulo sobre o ciclo menstrual.)

A Lua rege o estômago, a alimentação e os hábitos alimentares. Os pescadores de camarões de Miami lançam-se em massa à pesca durante a Lua cheia, por ser a época em que os camarões sobem à superfície em busca de alimento. Lieber acredita que os peixes têm um aumento na atividade metabólica durante certas fases da Lua, portanto queimam mais energia, o que por sua vez os deixa mais famintos. (Percebo que meu gato fica alucinadamente faminto durante a Lua cheia, e algumas pessoas também.) Muitos pescadores usam calendários que apontam os melhores dias para a pesca. Esses calendários se baseiam nas fases lunares e no dia lunar, pois este nos dá, para os fenômenos relacionados à Lua, uma divisão de tempo mais exata. O dia lunar de 24 horas e 50 minutos se estende de um nascer da Lua até o do dia seguinte, marcado pelo momento em que o centro da Lua faz a travessia do Ascendente. A Lua também afeta o metabolismo humano; por conseguinte, a sociedade Ananda Yoga recomenda jejuar no quarto dia anterior às Luas cheia e nova. Os estresses gravitacionais começam a se acumular nesses dias e criam desequilíbrios no sistema. Jejum e meditação nessas datas restabelecem o equilíbrio.

Outra área ligada à Lua e ao signo de Câncer é a velhice. Lieber constatou que seus pacientes geriátricos não se sentem bem durante as Luas nova e cheia, sofrendo freqüentemente crises emocionais. Ao ler isso, estranhei por que os idosos podem ser tão suscetíveis à influência da Lua. Ocorreu-me que a velhice é uma fase lunar da vida, quando freqüentemente somos mais dependentes e menos sujeitos à pressão no sentido de sermos racionais. Quem foi liberado das rígidas estruturas do

trabalho pode ficar mais em contato com o ritmo da Lua. Em conseqüência, pode ser mais afetado pelas alterações ocorridas nos picos do ciclo lunar.

TABELA 1. MILAGRES MODERNOS PARA QUESTÕES LUNARES

MULHERES: Sem discussão — decididamente temos mais oportunidades profissionais que nunca.
HABITAÇÃO: Aquecimento e ar-condicionado centrais.
FAMÍLIA: Você pode voltar para casa, graças às linhas aéreas. Registros genealógicos estão sendo informatizados para não os perdermos.
ALIMENTAÇÃO: Iguarias maravilhosas, vindas do mundo inteiro, em qualquer estação do ano. Forno de microondas. (Seus *Sim*, *mas* não estão contando aqui!)
REPRODUÇÃO: Técnicas de fertilização ajudam muitos que desejam ter filhos, mas não conseguem. Os índices de mortalidade infantil e materna estão muito mais baixos.
SEIOS: Mamografias e produção industrial de sutiãs.
MENSTRUAÇÃO: Produção industrial de absorventes começou nos anos 20.
O PASSADO: Datação com carbono 14 e outras tecnologias nos ajudam a recuperar o passado remoto.

Com freqüência você vai ouvir neste livro o termo *mundo solar*. *É* minha forma cifrada que sintetiza todas as maneiras pelas quais a moderna vida urbana nos exige a repressão de nosso lado lunar. O termo tem a ver com a maneira como a sociedade valoriza sucesso, resultados e progresso, em prejuízo de emoções, instintos e necessidades pessoais. Ele se relaciona à tecnologia que, cada vez mais, para consertar ou melhorar as coisas, atropela a fisiologia humana e o mundo natural. Ela jamais pára para pensar que talvez a natureza tenha tido boas razões para

estabelecer seu equilíbrio. Por exemplo, a menopausa não é uma doença e sim parte do ciclo vital; contudo, a medicina tenta obliterá-la administrando às mulheres estrogênio sintético, que em si mesmo cria uma série de problemas, como um aumento do risco de câncer no seio — mas também para isso a medicina tem resposta.

A tecnologia e a moderna medicina têm igualmente obtido resultados surpreendentes e benéficos. Para não me julgarem uma perfeita troglodita, fixei a mim mesma o desafio de elaborar listas de maneiras pelas quais têm sido expandidas pela ciência e pelo comércio as áreas lunares da vida. As regras do desafio estabelecem que as maneiras devem ser do tipo que eu não possa descartar com um "sim, mas." Logo, todas as guloseimas e panacéias solares causadoras de indesejáveis efeitos colaterais lunares tiveram de ser eliminadas. Minhas indicações para o troféu aparecem na tabela 1.

Apesar de todos os avanços, as porções lunares de nossa fisiologia e nossas emoções não podem ser banidas da existência sem que se crie uma profunda perturbação na força. Por exemplo, o hábito de amamentar ao seio é tão antigo quanto a própria humanidade, e no entanto neste século ele praticamente desapareceu. A vida profissional da mulher pode tornar pouco prática a amamentação ao seio, mas a mudança tende a alterar a relação entre mãe e filho, de forma extensiva. Encontraremos muitos outros exemplos de mudança nas áreas lunares da vida e examinaremos suas conseqüências. O mundo solar venceu — e sem dúvida isso é parte do plano divino — mas o lado lunar e as necessidades a ele relacionadas não vão desaparecer. Devemos encontrar modos de conscientemente contrabalançar os lados lunar e solar de nossa natureza. Tal equilíbrio é o *foco* e o propósito deste livro.

Correspondências Astrológicas
Tudo o Que Há sob a Lua

No mapa de nascimento, o signo lunar tem tanta influência quanto o signo solar. A Lua mostra importantes segmentos da vida como nossa estrutura emocional, os efeitos de nosso primeiro ambiente doméstico, nossas motivações subconscientes, e nossa resposta instintiva a situações desafiadoras. Mostra o grau de segurança que temos e a confiança ou

desconfiança que depositamos no mundo. Fisicamente, ela rege os seios, os ovários, o ciclo menstrual e o estômago. Também rege as mulheres, os alimentos, os hábitos, a memória e o efeito do passado e da família. O signo e os aspectos da Lua descrevem como a pessoa opera nessas áreas cruciais da vida. Vários capítulos contêm leituras para os doze signos lunares. A Lua também rege as mulheres e o signo de Câncer, na astrologia tradicional. Estas duas categorias são importantes para o tema do livro; portanto, longas seções lhes serão devotadas. Precisamos entender porque as mulheres e os cancerianos são considerados lunares e porque experimentam um estresse especial sob as condições da vida moderna.

O vínculo entre muitas dessas questões lunares é a mãe, cuja influência foi poderosamente impressa em nós muito antes de sermos capazes de raciocinar. Ela nos ensinou se o mundo em ou não um lugar seguro, e que emoções deveríamos expressar. Ensinou-nos sobre os alimentos e moldou nossos hábitos alimentares. A Lua também mostra como lidamos com a dependência em nós e nos outros — nossa capacidade pessoal de proteger e de nutrir os outros. Temos uma tendência a reagir às necessidades dos outros — e às nossas próprias — do mesmo modo como nossas mães reagiam. Na qualidade de primeira e mais influente das mulheres de nossas vidas, nossas mães nos ensinam o que significa ser uma mulher e o que esperar das mulheres. A Lua em seu mapa mostra que tipo de mãe você teve. Ver capítulos 7 e 8 para discussão detalhada do modo como sua mãe afetou você.

A Lua rege a intuição, embora nem toda intuição seja mediúnica por natureza. Parte dela se relaciona à refletividade especular da Lua. Exatamente como a Lua reflete a luz do Sol, num nível subconsciente nós captamos e reagimos a mensagens, como a linguagem corporal e o tom de voz. Quando não conseguimos verbalizar as razões de nossa reação, ela é rotulada de intuição ou irracionalidade. Quando ignoramos essas reações, perdemos o contato com elas e freqüentemente temos problemas. Em seu mapa, a Lua mostra como você lida com as percepções intuitivas.

A Lua rege os hábitos — tanto os bons quanto os maus. Aprendemos esses padrões de comportamento com tão pouca idade e há tanto tempo que já não nos lembramos quando e por que eles começaram. A maioria deles foi transmitido pela mãe ou por membros da família. A noite do solstício do dia 23 de junho, é tradicionalmente considerada uma excelente ocasião para abandonar em definitivo um mau costume. Trata-se do

começo do signo de Câncer, que é regido pela Lua. Caso você consiga reunir a determinação necessária para descontinuar um hábito indesejado sob o signo de Câncer, conseguirá mais rapidamente formar um hábito desejável.

O astrólogo Bob Mulligan declara que a Lua rege não somente os hábitos, mas também a carência que sentimos por substâncias formadoras de hábito. Você pode ficar prisioneiro do hábito, ou da natureza do desejo que sente. Os rituais e meditações da Lua podem ajudar a pessoa a se livrar da carência. Essa idéia terá uma relevância especial em nosso capítulo sobre os vícios alimentares, mas nem todas as carências estão ligadas a substâncias físicas. Você pode sofrer carência de estimulação, de atenção ou de sexo, por exemplo, ou pode tornar-se escravo de seus cartões de crédito. A Lua em seu mapa natal pode fornecer pistas sobre as armadilhas de seus hábitos. Bob também acredita *que a* Lua rege o corpo astral e o plano astral, o plano mais intimamente ligado a nossa natureza emocional. Para funcionar com segurança no astral, o indivíduo precisa ser firme na natureza da emoção e do desejo, não se deixando abalar facilmente por elas. No capítulo 5, examinaremos um importante padrão de hábitos — nossos hábitos emocionais — e encontraremos algumas ferramentas de transformação daqueles indesejáveis.

A Lua também está associada à memória. Nossas reações não se baseiam só no presente, mas também em lembranças, emocionalmente carregadas, de situações semelhantes; assim, nem sempre conseguimos reagir de forma clara e lógica. Sem a memória, não poderíamos aprender com nosso passado. A astróloga Marcia Moore declara que a Lua *rege* os registros *akáshicos*, onde ficam impressas as lembranças de todas as nossas existências. A pessoa intensamente lunar pode ser influenciada pelas memórias da vida passada, podendo ainda ser mais capaz de captá-las para livrar-se da influência kármica.

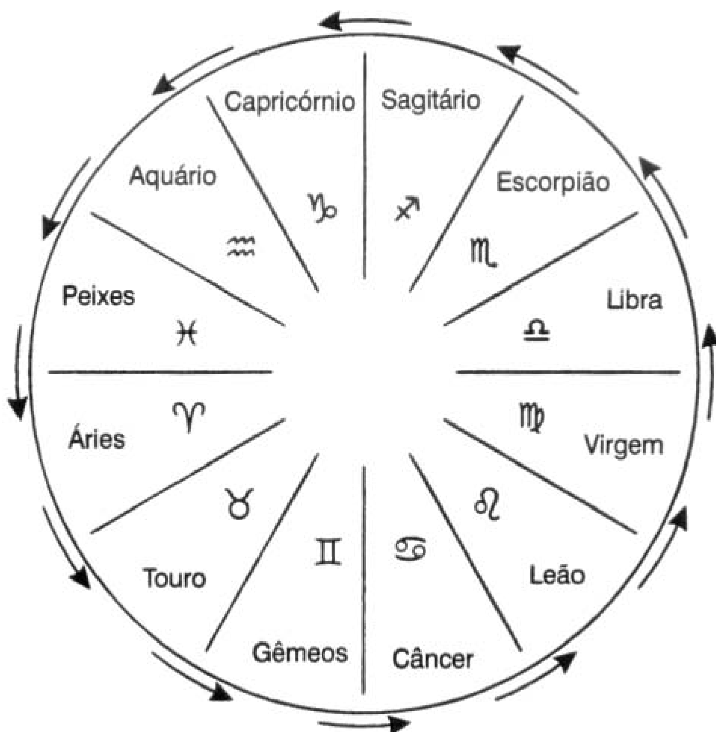
Todas as áreas ligadas à Lua têm sido prejudicadas pela tendência de nossa cultura a negar nosso lado lunar. Partes da personalidade governadas pelo hemisfério lunar — o inconsciente, as emoções, a intuição, o lado feminino — podem sofrer, se ignorados, um forte abalo em seu equilíbrio. Essas facetas negligenciadas de nós mesmos tornam-se ameaçadoras, misteriosas e cada vez mais sujeitas à repressão.

Você É um Tipo Lunar?

Ao longo desse livro, você vai encontrar a expressão *tipo lunar*, e talvez esteja curioso para saber se é aplicável a você. No nível emocional, um tipo lunar é alguém cujas energias estão ligadas às questões associadas com a Lua. Você é lunar se seu lar, mãe, família, alimentação e outros assuntos discutidos nesse capítulo constituem o elemento vital para você. Se for pouco familiarizado com a astrologia, desconfie de que é um tipo lunar se o subtítulo "como ser um tipo lunar num mundo solar," repercutiu fortemente dentro de você, mesmo que não consiga explicá-lo com essas palavras. (A coisa podia ser pior. De fato existem em nossa galáxia planetas desabitados que tem três ou quatro Luas, portanto em comparação com eles nossas vidas, psiquismos e horóscopos podem ser considerados simples.)

Para leitores astrologicamente sofisticados, considero um tipo lunar alguém cuja Lua ou signo de Câncer seja proeminente no mapa natal. Talvez o Sol, a Lua, o ascendente ou diversos planetas estejam em Câncer, o signo regido pela Lua. O termo se aplica se a Lua está nos setores Gauquelin, a 10° de qualquer um dos lados dos quatro ângulos — o Ascendente, o Meio-Céu, o FC ou o Descendente. (Os Gauquelin descobriram que os planetas nessas posições eram decisivos na determinação do modo como a pessoa era vista.) Ou talvez a Lua seja um dos planetas de mais aspecto do mapa, principalmente numa configuração importante como uma quadratura em T ou um grande trígono. Uma 4ª casa fortalecida, contendo diversos planetas, ou o Sol, ou a Lua também podem transformar você em lunar. Esse pessoal da 4ª casa figura entre meus tipos lunares favoritos pois, dependendo do signo envolvido, podem ser carinhosos amantes do lar, sem serem entretanto excessivamente dados a emoções.

Embora haja muitas maneiras de as esferas lunar e solar estarem em desarmonia a essa altura da história, até que ponto você, pessoalmente, integra bem as duas? Se seus signos solar e lunar estão harmonizados, é provável que você os esteja integrando bem, e portanto considerando a vida moderna menos estressante do que aqueles que não o conseguem. Se seus signos solar e lunar estão em desacordo, as exigências da vida moderna provavelmente estão criando tensão interna e conflito externo. A conexão Sol/Lua também mostra até que ponto você consegue um bom equilíbrio das energias masculinas e femininas dentro de si — e, com



PRIMEIRO PASSO*: Comece de seu signo lunar e vã contando em torno do círculo, para determinar a quantas casas de distância eles estão.*

SEGUNDO PASSO*: Confira na tabela abaixo, de acordo com o número apurado no Primeiro Passo, para ver até onde seu Sol e sua Lua são compatíveis.*

NÚMEROS	TIPO DE ASPECTO	GRAU DE COMPATIBILIDADE
Mesmo signo	Conjunção	Poderosamente reforçador.
1 (ou 11)	Semi-sextil	Um tanto apoiador.
2 (ou 10)	Sextil	Apoiador, fácil conexão.
3 (ou 9)	Quadratura	Conflitante, em desacordo.
4 (ou 8)	Trígono	Harmonioso, natural.
5 (ou 7)	Quincunce	Extremamente diferente.
6	Oposição	Conflitante, mas pode ser equilibrado.

Figura 1. A relação entre signos solar e lunar

freqüência, até que ponto consegue integrá-los bem em sua vida amorosa. (Não tratarei do tema da compatibilidade de relacionamentos baseando-me em signos solares, mas devotei um capítulo a isso em meu livro, *A Influência da Lua em seu Mapa Natal**, publicado em 1988.)

Se você conhece seu Sol e sua Lua, use a figura 1 para determinar se os signos são compatíveis. Se não sabe qual é seu signo lunar, não é só agora que vai precisar dele, mas em muitos outros capítulos. Recorra às tabelas de meu livro, *A Influência da Lua em seu Mapa Natal*, ou mande fazer um mapa por computador em algum dos inúmeros serviços especializados. Para os novatos, o círculo zodiacal começa em Áries e avança ao contrário do sentido horário até Peixes, conforme mostram as setas. Para determinar a direção correta, localize Áries em seu próprio mapa. (Provavelmente não está na mesma posição em que aparece no círculo abaixo.)

A partir daí, comece com seu signo lunar e vá contando os signos em torno do círculo zodiacal para localizar a quantos signos ele está em relação ao Sol. Confira o número na tabela para ver como os dois signos se relacionam. Se estão em desacordo, você precisará trabalhar mais conscientemente para conseguir que as necessidades dos dois signos sejam satisfeitas, e para não negligenciar um deles em favor do outro. Dentre as várias técnicas dadas neste livro, você encontrará alguma que o ajudará a resolver as tensões entre os dois signos.

A Travessia dos Limiares Lunares

Um tema ao qual retornaremos freqüentemente é o dos limiares lunares. São ocasiões de nossas vidas em que passamos de um a outro estado de funcionamento relacionado à Lua. A primeira dessas fases é a dentição, época em que nos tornamos menos passivamente dependentes do seio ou da mamadeira, e progressivamente avançamos em direção a nos alimentarmos sozinhos. Em outros dos limiares, uma menina se torna uma jovem mulher, e uma jovem mulher se torna uma mãe. Quando os filhos saem de casa, ou quando ela se aposenta, uma mulher mais velha deve

* Edição brasileira Editora Pensamento, S. Paulo. (*N. da T*)

procurar um novo foco para suas energias. Os homens também atravessam limiares semelhantes em suas vidas, embora nem todas as transições sejam lunares.

No horóscopo individual, os trânsitos pela Lua natal, que serão considerados no capítulo 15, marcam muito dessas passagens. Quando atingimos limiares importantes, todas as funções da Lua podem ficar em evidência e necessitas realinhamento. Mesmo em mudanças lunares tão previsíveis quanto um deslocamento geográfico importante, podemos precisar, para nos ajustar, de um ano lunar — um ano completo de Luas novas e cheias. Se o mundo solar se impacienta quando um mês lunar é necessário para voltar ao normal, que dirá quando se necessita de um ano lunar.

As exigências do mundo solar vêm corroendo cada vez mais nossos sistemas lunares de sustentação. Embora nos ajustando à travessia dos limiares, necessitamos nos proteger com as ferramentas fornecidas nesse livro — e mais alguma coisa. Nas sociedades primitivas havia ritos de passagem — rituais culturalmente sancionados — para marcar os limiares lunares. O coletivo oferecia apoio e instrução especiais para aqueles que passavam pelos ritos. Marcia Starck, uma notável médica-astróloga, escreveu um excelente livro detalhando ritos de passagem femininos em muitas culturas. Intitulado *Women's Medicine Ways*, ele também ajuda as mulheres de hoje (e os grupos de mulheres), a traçarem rituais de relevância pessoal.[7] O ritual pode nos ajudar a entrar em contato com nossa feminilidade e com a condição feminina como fonte de poder e realização.

As Mulheres como Filhas de Diana

Há muitas Luas, quando a astrologia e o movimento feminista se cruzaram no mapa de minha vida, a tradicional designação astrológica das mulheres como Lua e dos homens como Marte ou Sol parecia sexista. Tanto os homens quanto as mulheres têm em seus mapas a Lua, Marte e o Sol, e

[7] Marcia Starck, *Women's Medicine Ways* (Freedom, CA: Crossing Press. 1993).

precisam integrar todos três para estarem inteiros. A investigação levou-me, entretanto, à inevitável conclusão de que, para começo de conversa, as mulheres são mais lunares que os homens. As mulheres também são mais pressionadas a viverem a Lua do que os outros planetas.

Os corpos femininos são lunares — a Lua rege os seios, os ovários e a menstruação. Em diversos capítulos veremos os vínculos entre o hormônio feminino estrogênio e os significados da Lua. Isso nos deixa suscetíveis a ciclos físicos e emocionais parecidos ao ciclo da Lua. Como veremos no capítulo 7, os seios e a capacidade da maternidade afetam profundamente nossa auto-imagem e nossa relação com o mundo. A Lua rege a alimentação. Analisaremos nos capítulos 10 e 11 o modo como o equilíbrio hormonal das mulheres e a posição destas de perpétuas provedoras do alimento deixa-as especialmente inclinadas a distúrbios alimentares.

Profundos processos emocionais e mentais acompanham as mudanças ocorridas no corpo feminino. Falaremos minuciosamente de diversas dessas transições — a puberdade, o nascimento do primeiro filho e a menopausa. São esses os principais limiares lunares, e nessas ocasiões muitas questões lunares se evidenciam e necessitam de adaptação. A tendência é nos sentirmos vulneráveis, inseguras e intranqüilas Iremos descobrir muitas ferramentas que podem auxiliar nesses ajustes.

A primeira dessas ferramentas, todavia, é a informação, pois no mundo solar talvez haja poucos modelos de papéis para nós e pouca validação para o estresse que estamos passando. Por exemplo, uma profissional de carreira aos 45 anos, vivendo longe da família e sofrendo uma tremenda pressão para produzir, talvez não conheça os indícios da menopausa, nem reconheça o início desta. Em vez disso, pode concluir que está ficando maluca. Talvez não discuta a questão, nem busque remediar os sintomas, por medo de que seu trabalho seja colocado em risco. E no mundo profissional dos dias de hoje, ela talvez esteja certa!

A Lua rege as emoções. As mulheres são mais emotivas, não só em função de sua fisiologia, mas também por ficarem confinadas a papéis lunares, ao mesmo tempo em que lhes negam as adequadas válvulas de escape lunares. No capítulo 4, veremos como as mulheres são muito mais

propensas à depressão e outros problemas emocionais, e por que também se inclinam mais a procurar psicoterapia. A Lua rege a mãe, e como discutimos no capítulo 7, as mulheres são muito mais influenciadas por suas mães do que a maioria dos homens.

A diferença entre homens e mulheres provém parcialmente da *natureza*, e parcialmente da *aculturação*. Os hormônios femininos e a fisiologia têm um profundo efeito em nossas emoções e comportamento. Entretanto, a sociedade condiciona as mulheres a assumirem qualidades lunares— serem carinhosas, compassivas, maternais, protetoras, responsivas e submissas — e a transformarem no foco principal da energia os papéis lunares de mãe, dona de casa e esposa. Se nós não quisermos ser "Lua", se em vez disso quisermos ser "Marte", podemos ser rotuladas de lésbicas ou de mulheres castradoras. Em condições extremas, a mulher liberada pode sofrer represálias sociais e econômicas. Algumas foram abandonadas por seus homens ou por suas amigas, algumas sofreram assédio sexual, e algumas foram até mesmo colocadas em clínicas psiquiátricas.

Até certo ponto, a sociedade considera um fracasso uma mulher sem marido e filhos, não obstante o mais que ela possa ter alcançado. Entretanto, as mulheres que se *confinam* aos papéis de esposa e mãe também são tidas por fracassadas, já que a sociedade atribui um valor muito baixo às mulheres e aos papéis femininos. O mundo solar valoriza resultados, coisas que possam ser escritas num *curriculum vitae.* De um jeito ou de outro as mulheres saem perdendo, e nossa auto-estima sofre com isso. A sociedade em que vivemos lamenta o fato de que as mulheres estão ficando parecidas demais com os homens. Ser mulher não dá prestígio, daí tentarmos naturalmente ser mais parecidas com os homens. Essa desvalorização das qualidades femininas traz graves conseqüências, porque então tentamos obliterar nosso hemisfério lunar.

Muitas profissionais liberais menosprezam suas mães, porque estas foram "apenas donas de casa", e se desligam desse vínculo importante. Hoje em dia, nos Estados Unidos, muitas de nós somos tão refratárias à mãe que se alguma afirma gostar da própria mãe e diz ter com esta um bom relacionamento é considerada seriamente co-dependente. Dizemos que ela perdeu o contato com seus verdadeiros sentimentos e que está

negando a raiva que "tem de" sentir. Além de cortarmos a conexão com nossas mães, também detestamos, desvalorizamos e desconfiamos de outras mulheres. Passamos a adotar a atitude predominante de que as mulheres não são companhia à altura. Ao fazê-lo, perdemos uma importante fonte de apoio que as mulheres são capazes de proporcionar umas às outras. No passado, partilhávamos a ajuda mútua, a consolação emocional e as forças intuitiva e espiritual.

Aprendemos igualmente a desconfiar de ou a ignorar outras áreas lunares de nossas vidas. Para funcionarmos num mundo masculino, suprimimos necessidades sentidas durante a menstruação, a um custo que será analisado em detalhes no capítulo 10. A homens e mulheres ensina-se que é fraqueza ser emotivo ou chorar. Nós tentamos trancar nossos sentimentos e ser racionais e lógicos. Numa sociedade que venera o pensamento científico e despreza tudo que não possa ser medido, a intuição feminina é considerada ingênua ou demencial. Aprendemos a ignorar os apelos da intuição e do instinto, qualidades que fazem parte de nossa força feminina. (Os homens também têm intuição, mas espera-se que a chamemos de "palpite".)

Quando promovemos uma separação entre nós mesmas e nossos foros íntimos — fugindo dos sentimentos e ignorando a intuição — eles se tornam pouco familiares e ameaçadores. Sentimos medo de olhar para dentro, porque pensamos que ali mora a loucura. Por termos negligenciado essa área, ao olharmos para dentro, ela a princípio parece loucura. Nós não cultivamos o eu interior, não o analisamos; fomos só jogando mais material para dentro, ao acaso. Nossos sonhos não fazem sentido, o material psíquico aflora desorganizado com nosso próprio caos pessoal. O inconsciente se transforma num armário bagunçado e abarrotado, e saímos desse auto-exame ainda mais confusas e desconfiadas que antes. Somente com limpeza e organização sistemáticas do armário interior recuperamos o equilíbrio de nossas vidas emocional e espiritual.

A meditação, principalmente em grupo, nas Luas nova e cheia, é uma maneira crucial de equilibrar e reintegrar o hemisfério lunar. Com freqüência, "não temos sucesso" na meditação porque a abordamos segundo o modelo mental, solar, masculino. Precisamos abrir o lado lunar ou

sentimental de nosso cérebro, e não o lado solar ou mental. Não tente *analisar* o modo de fazê-la — apenas oriente seu subconsciente a se conectar com a Lua e a abrir o lado direito de seu cérebro durante curtos períodos. Construtivo, amoroso e lunar, seu eu superior já sabe como fazê-lo e está esperando que você retome o contato. (O capítulo 16 contém algumas técnicas para ajudar o processo.)

A sociedade nos ridiculariza por não sermos solares; então, nos persuade de que não é bom sermos lunares — dessa maneira as mulheres freqüentemente terminam desautorizadas dos pontos de vista emocional, social e espiritual. Esse declínio do poder feminino começou há milhares de anos. O capítulo 3, mostra que as condições astrológicas deste século representam uma crise, intensificando a níveis cruciais a luta da mulher. O custo da supressão do hemisfério lunar é que ele se torna inconstante, distorcido e até mesmo neurótico. A solução que encontro para esses problemas é um retorno consciente ao feminino, à Lua interior. Isto me surpreende, já que não sou nem militante feminista, nem veneradora da Lua.

Conforme explicado no capítulo 13, esperamos que o homem se ajuste ao estereótipo do planeta Marte, que seja agressivo, competitivo, sexualmente conquistador, ousado e ativo. Com freqüência, o homem é instado a ignorar totalmente seu lado lunar, relegando-o às mulheres de sua vida. Os homens não-conformistas sofrem conseqüências sociais e econômicas tão duras quanto as experimentadas pelas mulheres não-conformistas, e eles também sofrem conseqüências físicas e emocionais quando se conformam.

Para Recobrar o Poder da Lua e do Lado Feminino

Nosso objetivo é recuperar a força construtiva da Lua. Se pudermos refazer a conexão com os poderes de nosso lado lunar, podemos ser abençoadas pelo conhecimento intuitivo e por uma capacidade instintiva de cuidar de nós mesmas e de outros. Teremos compaixão por nós mesmas e pelos demais, teremos sensibilidade emocional e receptividade. Estas qualidades nos permitirão proteger, acalentar e preservar o que é importante para nós — sejam filhos, trabalho criativo, amantes ou carreiras.

Para fazer isso, devemos primeiramente nos cultivar, senão terminaremos esgotadas, carentes e ressentidas. Cada capítulo contém informação que ampliará a percepção que você tem dos problemas e das soluções ligadas às áreas regidas pela Lua.

CAPÍTULO 2

FILHOS DA LUA NA TERRA PROMETIDA

Você já reparou que o signo de Câncer não é nada popular? As pessoas não são paranóicas em relação a ele, como são no caso de Escorpião, mas ainda assim há uma atitude pedante de revirar os olhos e balançar a cabeça, como dizendo — "pelo menos, eu não sou de CÂNCER!" É claro que não é fácil sentir inspiração por um signo que tem como símbolo um caranguejo. E o que é pior: as áreas da vida governadas pela Lua são as principais motivações do canceriano típico. O mundo solar despreza as pessoas emotivas demais, saudosistas demais, apegadas demais à mãe, que gostem demais de comer, e que escancarem demais a insegurança que sentem. Os cancerianos dotados dessas qualidades despertam sentimentos indesejados que outros, para sobreviverem, estão tentando duramente refrear.

Muitos de nós têm dificuldades em lidar com questões lunares, daí usarmos como bode expiatório os cancerianos e outros que sejam explicitamente lunares. Se estamos trancando nossos sentimentos, chamamos de fracos aqueles que estão sendo abertamente sentimentais. A verdade é que para nos entregarmos aos sentimentos é preciso mais fortaleza do que para nos drogarmos com qualquer um dos vícios de nossa sociedade. Se estamos nos escondendo da dor causada pela perda de vínculos com a família, sentimos desprezo por quem é ligado à família e sentimental em relação ao passado. Muita gente fica deprimida nos feriados festivos — tradicionalmente momentos da família — e lamenta os vínculos desfeitos. As taxas de suicídio sobem astronomicamente e o restante tenta se aturdir com comidas e bebidas alcoólicas. Muitos estão em luta desesperada contra as ligações com as mães, desprezando portanto como "co-dependentes" aqueles que permanecem próximos às suas. Às vezes, uma

relação amorosa entre pais e filhos pode ser uma das maiores alegrias desta vida.

Em decorrência das mudanças sociais que estaremos discutindo, sofremos grandes perdas nas áreas lunares da vida, tão distanciados ficamos delas. Fingimos que não são importantes e rotulamos de fracassadas as pessoas que estão tentando recuperá-las. Se rotularmos de ruins ou neuróticos os traços do canceriano, talvez a neurose tenha menos a ver com os problemas do signo do que com nossos próprios problemas. Se não fosse o respeito da família, nós cancerianos não seríamos respeitados por ninguém!

A Lua rege o signo de Câncer. Você é canceriano se seu Sol, Lua, Ascendente ou diversos planetas internos estão neste signo. Estes são os verdadeiros tipos lunares. Talvez o mais lunar de todos seja quem tem a Lua em Câncer, já que ela está em seu próprio signo. (Eu tenho o Sol em Câncer com a Lua no Meio-Céu, se é o que querem saber.) Para você não pensar que algum segmento deste capítulo, ou deste livro não lhe diz respeito, lembre-se de que todos nós temos Câncer em algum ponto de nossos mapas, e temos uma Lua: assim, devemos aprender a equilibrar e integrar o hemisfério lunar.

No retrato de personalidade que se segue, vou falar de cancerianos "puros". Os traços serão modificados por aspectos do Sol, se você for um Câncer de signo solar. Por exemplo, se nasceu entre 1948 e 1956, quando Urano estava em Câncer, você pode ser uma mistura maluca de qualidades lunares e uranianas. Seja como for, quem tem o Sol em Câncer é especialmente afetado pelo signo e pelos aspectos da Lua. Um canceriano com Lua em Áries não terá muita paciência com crianças ou tarefas culinárias. Um canceriano de Ascendente Capricórnio não terá pressa em mostrar ao mundo seu lado terno e sentimental. Mesmo assim, se você tem o Sol, a Lua ou o Ascendente em Câncer, provavelmente vai se apanhar concordando secretamente com muitas das qualidades que discutiremos, mesmo que não as revele aos demais. Em público, é provável que desabone os traços mais impopulares e declare que sua Lua, ou seu Ascendente, está interferindo neles — ou que você já evoluiu o bastante para superá-los.

Há Tantos Deles — E Como São Chatos!

Você sabia que há mais nativos de Câncer do que praticamente qualquer outro signo? Os dados do recenseamento mostram consistentemente, durante este século, a ocorrência de flutuações sazonais nos índices de natalidade. Existe um pico anual de nascimentos que começa com Touro e termina em Virgem, mas o ponto alto está em Câncer. Existe uma redução correspondente com início em Sagitário, e o decréscimo continua até o ponto mais baixo em Áries.[1] Portanto, se você tem a impressão de conhecer um monte de cancerianos e raramente encontrar um nativo de Áries, não é só impressão. Esses números se aplicam aos Estados Unidos, mas é possível que procedam no caso de outros países do Hemisfério Norte. Os padrões de nascimento podem ser diferentes no Hemisfério Sul, onde as estações são o inverso. (Todos os anos, o último domingo de junho é também prioritariamente a data em que a maioria dos nubentes se casa. Assim, o mapa de casamento deles deve ter o Sol em Câncer.)

Além disso, em qualquer dia considerado, o número de pessoas nascidas com Ascendente Câncer é o mais elevado. Devido a fatores astronômicos, existem signos de longa ascensão (o que significa que eles permanecem mais tempo no Ascendente) e de curta ascensão (o que significa que eles permanecem por menos tempo no Ascendente). Segundo a valiosa obra clássica de Nicholas deVore, *Encyclopedia of Astrology*,[2] *os* signos de ascensão mais curta são Aquário, Peixes e Áries. Na latitude de Nova York, Aquário só está ascendendo durante 1h e 26min, ao passo que Câncer está em ascensão durante 2h e 23min. (Isso varia ligeiramente com a distância do Equador. Na latitude de San Diego, trata-se de 1h e 33min para Aquário e 2h e 10min para Câncer.)[3]

Tais variações devem ser levadas em consideração, em qualquer pesquisa astrológica — ou nas conclusões menos formais que você tira. Não se pode implementar um estudo sobre espancamento de esposas, nem sobre a construção de novos imóveis, e concluir que os nativos de

[1] A sazonalidade do índice de natalidade foi discutida em "Birth, Marriages, Divorces and Deaths", na publicação *Mauthly Vital* Statistics *Report*, do National Center for Health Statistics, v.38;12, 4/4/90. Eu li unia publicação censitária nos anos 70, com o mesmo padrão, portanto este permaneceu consistente pelo tempo afora.

[2] Nicholas deVore, *Encyclopedia Astrology* (Nova York: Littlefield, Adams & Co., 1977).

[3] Nicholas deVore, *Encyclopedia of Astrology*, p.353.

Câncer e os de Ascendente Câncer são mais propensos a qualquer uma dessas tendências que as pessoas de outros signos. Ou, imagine que você resolva elaborar um estudo de validação da legendária longevidade dos cancerianos e da reputada tendência dos aquarianos a viverem acelerados e morrerem jovens. Você vai aos clubes da terceira idade e asilos de idosos do local, reúne as datas de nascimento e, é claro, acima dos 70 anos haverá muito mais cancerianos do que aquarianos. Antes de chamar a imprensa para revelar a descoberta, faça os ajustes correspondentes a essas flutuações sazonais. Para começar: o que mais nasce é canceriano! Analisando de um nível mais psicológico, esses dados significam a existência de uma imensa quantidade de tipos lunares tentando lidar com um mundo solar.

A Psicologia do Signo de Câncer

Câncer e os Bons Tempos de Outrora: O nativo de Câncer é notado por sua nostalgia em relação ao passado, e nós vamos descobrir que existem boas razões para tal saudosismo. Falar sobre o signo de Câncer fora de contexto é enganador, pois mudanças sociais massivas ocorreram neste século. (As razões astrológicas dessas tendências serão analisadas no capítulo 3.) Em resumo porém, tem havido uma pressão constante sobre o signo de Câncer, partindo dos planetas exteriores, durante os últimos 90 anos. Esta pressão se relaciona a alterações radicais ocorridas em áreas da vida necessárias ao bem-estar dos cancerianos. As mudanças vieram roubá-los de muitas satisfações que lhes tornava compensadora a vida. O signo de Câncer foi talvez um signo brando e delicado, há coisa de um século. Nós só o conhecemos como o signo inseguro e emocionalmente conturbado em que se converteu.

O amor do nativo de Câncer pela família foi outrora um prazer vital extremamente simples de manter. Com as rupturas causadas por divórcios e mudanças geográficas, o(a) canceriano(a) atual freqüentemente perde os vínculos fundamentais e, de modo consciente ou não, sofre a perda durante longos períodos. Onde estiver, a canceriana tenta criar e manter uma atmosfera de família — seja no trabalho, entre amigos ou com seu próprio marido e filhos. Para aquelas que também sofrem

grandes perdas nas relações familiares, essa mulher pode ser um grande apoio.

Câncer tem uma imensa capacidade de formar e conservar ligações. Como nossos vínculos estão sendo constantemente rompidos — mudamos nós, mudam eles — a canceriana pode tornar-se obsessiva em relação a eles, agarrando-os como quem se afoga. Ou então, pode tornar-se muito autodefendida e relutar em formar vínculos, por medo de que sejam rompidos. O nativo de Câncer quer sentir-se seguro e fazer os outros se sentirem igualmente seguros. É só pelo fato de a vida moderna estar tão cheia de insegurança que o canceriano precisa continuamente reafirmar a segurança.

O signo de Câncer era outrora ligado aos ritmos naturais. Graças à vida urbana e ao progresso científico, agora estamos muito distanciados de nossos ritmos naturais e somos estimulados a superar nossos instintos. Por exemplo, já não prestamos atenção à Lua como mecanismo regulador de tempo, como costumávamos fazer. Nossos ancestrais conheciam que momento era melhor para começar diversas tarefas e colher os melhores resultados, desde o cultivar de plantas até o cuidar de si mesmos. Atualmente; o nativo de Câncer muitas vezes ignora os mecanismos que outrora o mantinham em equilíbrio e em contato com seu mundo. (O anuário de Llewelyn, *Moon Signs Book and Gardening Guide*, ainda fornece até hoje essas datas propícias e extensa informação sobre a Lua.)

O canceriano adora comida e outrora tinha prazer em plantar, preparar e conservar o que comia. Agora, nosso único contato com o alimento é descongelar os legumes congelados ou acrescentar água a alguma mistura pronta. Aquela mesma quantidade de energia é investida no ato de comer, e os cancerianos podem chegar a ter problema de peso. Assim também, as mudanças em nossa dieta, a serem discutidas no capítulo 11, subverteram os apurados instintos naturais que o canceriano tem pela comida.

Os cancerianos têm uma aguda sensibilidade, que um dia foi parte da capacidade de sobreviver e também da de desfrutar a vida e o mundo dos sentidos. Quando esses sentidos aguçados são agredidos por poluição sonora, emanações, multidões e outros estímulos fortes, cria-se uma sobrecarga. Eles se tornam hipersensíveis, irritáveis e tem de se retrair ou

se embotar. Este signo precisa *criar* uma casca protetora e periodicamente se retrai para recuperar a sintonia com os instintos, as necessidades e as emoções.

A nossa cultura já não oferece esses recuos, e a vida urbana, com seu acesso de população, retira-nos a privacidade. Sob tais condições, a carapaça protetora pode tornar-se uma obsessão. A saudade que o canceriano tem dos bons tempos de outrora não é de todo infundada, porque esse desenvolvimento social afetou a todos os que estão na luta desprovidos da união com a família.

A Criança de Câncer: Deixem-me contar a história natural de uma criança nativa de Câncer. Há sempre uma questão de *excesso* ou de *escassez*, em matéria de apoios lunares na primeira infância, como maternação, vida familiar, ou alimento. O resultado é que a energia fica fixada naquela etapa. Alguns cancerianos foram superprotegidos, com uma espécie de amor sufocante, ao passo que outros sofreram de uma intensa e dolorosa privação de cuidados. Instâncias ainda piores são aquelas em que o amor sufocante foi seguido por uma privação, no momento em que as circunstâncias familiares mudaram. Posições de Câncer também são comuns em famílias em disfunção, nas quais os filhos acabam tendo de cuidar da mãe ou do pai. Em alguns desses casos, o resultado é o mesmo — uma necessidade compulsiva de receber cuidados.

O canceriano superprotegido é freqüentemente o primeiro ou o último membro da família a nascer, ou no mínimo existe um intervalo entre o canceriano e o irmão mais próximo em idade. Devido à ordem de nascimento, a criança recebe uma quantidade incomum de atenção, especialmente da mãe, mas, com freqüência, dos avós, irmãos mais velhos ou também de outros parentes. No caso do primogênito, a mãe pode estar insegura, especialmente se não tiver tido experiência com crianças. Ela fica monitorando, de forma autoconsciente, sua própria aptidão na tarefa de mãe. Quando se trata do primeiro neto, também os avós podem estar vigilantes e críticos. O bem-estar da criança se converte num indicador do valor da mãe como pessoa. A alimentação pode ser uma fonte especial de ansiedade, já que a mãe de primeira viagem talvez não esteja familiarizada com os altos e baixos da digestão infantil.

O canceriano que é o caçula transforma-se no "bebê da família", principalmente se os outros filhos forem muito mais velhos. Com freqüência essas crianças são tratadas com excesso de indulgência e recebem muita atenção. É possível que a mãe estivesse farta de mamadeiras e fraldas, e não quisesse ter a criança, mas procura compensá-la por causa da culpa que sente, ou, se há tempos não tinha um bebê, talvez ela realmente tenha desejado ter um. Sabendo que este pode ser o último, ela concede a si mesma e à criança uma infância prolongada. Se a maternação tem sido sua principal fonte de realização, ela pode agarrar-se à criança, como justificativa para sua própria existência.

Tanto o primogênito quanto o caçula podem ter a sensação de que o mundo só é seguro enquanto a mãe está presente. Além de ser um direito que lhes assiste, o amor sufocante também torna a vida confortável. A criança torna-se dependente e não é estimulada a se aventurar por conta própria. Como no caso de todos nós, um dia vem a expulsão do paraíso. Ou nasce outro filho e a mãe precisa ser compartilhada, ou esta começa a trabalhar fora de casa, ou a criança começa a freqüentar a escola. A ambivalência ou culpa sentida pela mãe pode reforçar o medo que a criança sente de ficar sem ela. O medo torna ainda mais difícil a perda da atenção materna.

E Como Ela Foi Criada: Independentemente do padrão procedente no caso — seja excesso ou escassez de maternação — as necessidades causadas pela dependência permanecem fortes. Elas podem ser atenuadas por vícios orais como comida, bebida alcoólica, chiclete ou cigarros. As pessoas de Câncer excessivamente dependentes podem pedir compulsivamente ajuda alheia, reagindo com raiva quando o mundo não as carrega no colo. Isso é mais comum no caso das que receberam amor sufocante, enquanto aquelas que foram seriamente privadas freqüentemente invertem as coisas e se tornam Mãe do mundo inteiro.

Este segundo tipo de canceriana parece extremamente independente, exibindo uma auto-suficiência ferozmente proclamada, chamada *contra-dependência*, que não é real, tornando as necessidades mais fortes e mais dolorosas, já que foram empurradas à força para a clandestinidade. Essa nativa tenta preencher a si mesma cuidando dos outros. Ela literalmente aplica a Regra de Ouro — "Faça pelo próximo o que gostaria que

fizessem por você." Entretanto, as relações unilaterais baseadas em bancar a mãe dos outros deixam-na vazia. Suas necessidades ameaçam transbordar e ela fica zangada por ter de fazer o papel de mãe sem receber nada em troca. A longo prazo, essa postura de contradependência dificilmente é bem-sucedida, precisando freqüentemente ser reforçada por excesso de comida, bebida ou cigarro, já que é extremamente esgotadora. No entanto, essa mulher compulsivamente cuida de alguém, sem perceber que realmente deseja que alguém cuide dela. Veremos contradependência em vários tipos lunares, à medida que prosseguirmos; por exemplo, em comedores compulsivos e em homens do tipo machão.

De ambos os tipos de cancerianos, qualquer um pode ter "jeitinho de criança", já que o eu interior molda seus corpos. Os cancerianos freqüentemente agem como crianças, ansiando quase palpavelmente que alguém tome conta deles. Parte do chamariz é uma fachada de "criança boazinha". Ela é fomentada pela convicção de que se trabalharem muito, seguirem as regras e se comportarem bem, finalmente granjearão amor — e uma mãe boazinha ou um pai bonzinho. Quando encontram alguém com característica paternal, podem ficar intensamente grudados a essa pessoa. Quando eu dava aulas de astrologia num centro de recuperação de alcoólicos, um de meus alunos era um negro da população de rua, um canceriano dotado de magnífico senso de humor. Durante a aula sobre o signo de Câncer, ele advertia, "Quando o caranguejo agarra, olho vivo com ele!"

Se seu companheiro é canceriano, os laços de família podem ser muito fortes e você pode ter problemas com a família dele. A ligação nem sempre é de caráter amoroso. Em algum ponto de minhas elucubrações astrológicas, ocorreu-me verificar o mapa de Lizzie Borden. Você decerto se recorda, ela foi acusada de assassinar a mãe e o pai a machadadas. ("Lizzie Borden agarrou o machado e deu na mãe 40 machadadas.") Nascida a 19 de julho de 1860, tinha o Sol e Vênus em conjunção, em Câncer. Apesar da reputação de amar a família, os cancerianos podem passar a vida odiando os pais por aquilo que lhes fizeram ou deixaram de fazer. Um laço de ódio é em alguns casos uma ligação mais forte que um laço de amor. As queixas não se limitam aos pais — ninguém é capaz de levar tão longe uma vendeta de família quanto um canceriano magoado! É fundamental que os cancerianos elaborem as

ligações familiares doentias, para suas relações de adulto poderem ser construtivas. Energia represada no passado é um poderoso fator de esgotamento no presente. Os que estão demasiadamente enraizados no passado talvez necessitem de ajuda para se libertar. (As ferramentas do capítulo 8 podem ser úteis.)

A Lua rege as emoções, e um traço canceriano que merece nossa atenção é a emotividade. Em outros capítulos, iremos considerar os mapas de alguns cancerianos famosos, mas problemáticos, como O. J. Simpson. Os cancerianos não têm de ser problemáticos, entretanto precisam trabalhar na integração de suas emoções. Muitos nativos de Câncer se agarram com grande tenacidade a sentimentos em que ficam praticamente viciados, encontrando emoção em viver intensamente. Nós, os cancerianos, somos hipersensíveis e tomamos todas as coisas como pessoais. Constantemente nos imaginamos alvo de ofensas ou de agressão emocional, quando muitas vezes as pessoas estão simplesmente às voltas com suas próprias vidas e (oh! horror!) sem dar a mínima para nós.

Seja derramando emoções para todo lado, seja sofrendo em clamoroso silêncio, nós cancerianos damos a conhecer nosso estado de espírito. Muita gente fica pouco à vontade ante derramamentos de emoção, portanto esse traço pode criar distância. Os cancerianos têm plena consciência de tal reação, às vezes utilizando-a defensivamente para impedir que fiquem excessivamente íntimos ou dependentes. Em outras ocasiões, emoções desagradáveis, como raiva ou ciúme podem ser ameaçados, levando-nos a comer em excesso, beber ou fumar para recalcar os sentimentos. O que precisamos é lutar pelo equilíbrio, sem negar as reações, nem ser engolidos por elas. Devemos ter capacidade de sentir e depois digerir nossos sentimentos, para crescer a partir deles. Precisamos admitir a validade das emoções sem permitir que elas controlem nossas vidas.

Outra característica canceriana é a faculdade de emitir reflexo. Exatamente como a Lua brilha com luz refletida, temos a tendência a refletir, como se fôssemos espelhos, o que acontece em torno de nós. Reagimos automaticamente ao clima emocional da pessoa com que estamos falando e refletimos de volta, evocando o mesmo em nosso repertório de sentimentos fáceis. Também respondemos automaticamente aos pedidos de socorro, transformando-nos no que os outros necessitam que sejamos

naquele momento. Somos reativos, dependendo de que os demais dêem a tônica. Assim, vivenciamos a nós mesmos — e somos vivenciados pelos outros — como em constante mutação, e não como senhores do controle consciente de nossos ânimos ou comportamentos.

O potencial positivo é que o uso consciente dessa capacidade refletora pode nos ajudar a iluminar o caminho de outros, exatamente como a Lua torna clara uma noite escura. Quando espelhamos o que o outro está passando, aquilo se torna mais claro. Ele o enxerga de fora, como num espelho, sendo desse modo mais fácil adquirir uma nova perspectiva. Quando sinto com você, ajudo-o(a) a saber exatamente o que está sentindo. Os cancerianos inconscientemente se moldam às pessoas a seu redor, e apresentam a cura ou o ensinamento de forma que se ajuste ao quadro de referência do outro.

Nós, cancerianos, somos considerados instáveis e imprevisíveis por causa de nossa natureza cíclica. Como a Lua que nos rege, passamos por constantes mudanças. Entretanto, numa observação, veremos que nossos humores estão sujeitos a fases, exatamente como existem na Lua. Temos ritmos internos que não são exatamente tão aleatórios e imprevisíveis quanto aparentam. O canceriano sintonizado com os ritmos internos não é tão propenso ao desequilíbrio emocional quanto aquele que está amarrado a um cronograma rígido. Os nativos de Câncer são extremamente responsivos à sua própria Lua, principalmente às fases de Lua cheia e nova. Seguindo a órbita mensal da Lua ao redor do mapa natal (conforme aplicado no capítulo 6), o nativo conseguirá encontrar sentido nesses padrões.

Uma questão a observar sobre o cuidado e a alimentação dos cancerianos é que temos verdadeira necessidade de dormir. Talvez necessitemos apenas ficar um pouco mais de tempo imersos no banho regenerador do hemisfério lunar. Do contrário, ficamos rabugentos e, francamente, infantis. (Não sei se isso se aplica aos outros tipos lunares.) O ciclo de sono — e, portanto, o equilíbrio emocional — pode ser comprometido pelo abuso de estimulantes como cafeína ou nicotina, para fazer frente às exigências de produtividade do mundo solar. Nas viagens aéreas a negócios, o *jet lag* pode nos deixar prejudicados; portanto, nada de vôos demorados quando estiver tresnoitada.

O sono extra faz maravilhas para nos devolver à normalidade. A

necessidade de uma soneca de vez em quando se limita às crianças — os adultos de nosso signo também se beneficiam. Um cochilo à tardinha, no domingo, pode ajudar o canceriano que trabalha a enfrentar a semana em melhor forma. (Meu amigo canceriano, o reverendo Michael Carter, informa que adultos não cochilam, adultos *repousam.* Ah! bom.)

Quando estamos estressados, precisamos dormir ainda mais. Foi Shakespeare que declarou que o sono pode remendar a manga rasgada do cuidado? Em parte, o que torna difícil a travessia de um limiar lunar para o canceriano é a perda de sono que freqüentemente acompanha tais ocasiões. Pense nos pais novatos que acordam no meio da noite para alimentar o bebê, na alteração de fuso horário, freqüentemente prolongada, a que fica sujeito o biorritmo, depois de nos mudarmos de um lado do país para outro, ou de uma viagem intercontinental, nos lençóis encharcados de suor da menopausa ou no pranto da madrugada para quem chora seu defunto. Para alguns cancerianos é difícil cruzar o limiar do estado de sono para o mundo da vigília. Se é este o seu caso, encontre maneiras mais vagarosas e delicadas de acordar — o despertador pode abalar demais.

Se alguma vez tiver de dividir casa com um canceriano, procure um imóvel com muito espaço de armários, porão, garagem e área de armazenamento no sótão. Os cancerianos acumulam posses e têm dificuldades em abrir mão delas. Eles são famosos por suas coleções. Recordações, lembrancinhas e heranças de família — elementos que fazem reviver o passado — são extremamente caras a seus corações. Um objeto que para você não passa de sucata, tem uma história completa ligada a si; portanto, pergunte, antes de jogá-lo fora. Se estiver encarregada de limpar a casa de sua velha e querida tia canceriana após a morte desta, leve consigo uma caçamba (e um tarimbado comprador de antigüidades!)

Acima de tudo, os cancerianos querem sentir-se seguros. Isso pode ter tido origem numa infância insegura — possivelmente envolvendo freqüentes mudanças de casa, dificuldades econômicas, separação dos pais ou outros traumas. Na fase adulta, uma casa e segurança financeira podem assumir grande importância. Para manter o *status quo*, tratamos de nos agarrar a padrões do passado, por mais inadequados que sejam no

presente, já que eles são *familiares*. Tentar algo novo traz insegurança, logo o canceriano se agarra ao velho hábito e ao velho hábitat. Muitos se tornam política e socialmente conservadores, sobretudo na meia-idade e após.

O símbolo de Câncer é o caranguejo, e este tem periodicamente de largar a carapaça, à medida que vai crescendo, ou morrerá. Se os cancerianos não se inclinarem a de vez em quando abandonar a carapaça do passado, o crescimento se interrompe e eles não conseguem lidar eficazmente com as novas exigências. Eles adotam uma casca protetora para evitar a sensação de vulnerabilidade. Essa casca pode tomar as formas de atitude de bravata, de excesso de peso, de reclusão em casa, ou de isolamento em relação a forasteiros. Se a carapaça do caranguejo se enrijecer demais, deixa-o aleijado; daí ser importante que os cancerianos conservem alguma propensão à abertura.

Em vários capítulos falaremos de épocas em que essa casca normalmente é abandonada — os típicos limiares lunares como a puberdade, o nascimento do primeiro filho e a menopausa. Simplesmente por serem tão lunares, os cancerianos podem achar perturbadoras essas transições. Abandonada a casca, estão vulneráveis até o crescimento de uma nova. Mudanças, principalmente para longe de casa, são estressantes. Mesmo transições menores podem ser difíceis para o caranguejo, pois este se move devagar. As crianças cancerianas podem achar traumáticas as transições de casa para a escola, ou para a colônia de férias — como o primeiro dia no jardim-de-infância ou o primeiro de volta das férias. Nas transições, os cancerianos podem beneficiar-se das várias ferramentas e perspectivas que constam deste livro.

Um Câncer em Remissão: Certa vez, contagiada de otimismo quanto aos benefícios da terapia que fizera, chamei a mim mesma `um câncer em remissão".* (Em diversas línguas, usa-se a mesma palavra para o signo e a doença.) A terapia sem dúvida ajudou a liberar emoções reprimidas e a resolver vínculos negativos com meu passado e meus pais. No entanto, o caminho para a percepção e a cura por meio da terapia foi

* *Remissão* é a atenuação ou desaparecimento momentâneo dos sintomas de uma doença aguda ou crônica. (*N. da T.*)

demasiado longo, ineficiente e tortuoso. Outras experiências, principalmente a astrologia, a busca espiritual e ferramentas de cura como os florais, contribuíram igualmente para meu crescimento. Grande parte de meu problema era o fato de ser uma nativa de Câncer nesta sociedade — era o estresse de ser um tipo lunar num mundo solar.

Se você é de Câncer e as dificuldades descritas aqui o perturbam, o que você pode fazer para se sentir melhor? Primeiro, aceite suas necessidades lunares como sendo reais e até valiosas, e encarregue-se de satisfazê-las. Descubra o que o leva a se sentir seguro e faça isso de forma consistente. Aprenda a deixar suas emoções aflorarem e lide com elas. Mantenha os laços familiares ou construa com os amigos uma nova família para você. Preste atenção ao amor que lhe inspira a comida, alimentando-se amorosamente de modo saudável. Conceda-se um retiro periódico, e proteja a si mesmo e à sua privacidade, toda vez que achar necessário. Medite regularmente, sobretudo em grupos, durante a Lua cheia e a nova, para integrar seu hemisfério lunar. Ao fazer essas coisas em beneficio próprio, vote irá recuperar a fortaleza característica do signo de Câncer. Ela é a mesma força das mulheres e de todos os tipos lunares que foram minuciosamente descritos nas seções anteriores. Muitos capítulos irão tratar do modo de conseguir esses objetivos.

Os cancerianos que estão lidando bem com as questões lunares podem perfeitamente ser uma consolação para todos os que estão sendo varridos pelos ventos solares. São pessoas que fazem vote se sentir em casa quando as visita, e criam um sentimento de família, mesmo que se tenha acabado de conhecê-las. Elas mantêm aceso o fogo do lar dando-lhe uma alimentação boa e saudável e honrando as mais amenas tradições. O amalucado senso de humor que possuem pode fazê-lo rir e concluir que a vida afinal de contas não é tão ruim. Elas cuidam, freqüentemente sem que lhes peçam isso, mas também do bastante sensíveis para entender quando é hora de deixar você em paz. Sabem exatamente como se sente, mesmo que vote mesmo mal perceba o que o atormenta. São repositórios de remédios caseiros e do sábio conselho doméstico. Quem é que não gosta?

De vez em quando celebraremos algum luminar lunar, alguns homens e mulheres que são tipos lunares contribuíram de forma

memorável para as necessidades lunares de nosso mundo. Minha primeira indicação, minha grande heroína lunar de todos os tempos é a Dra. Elizabeth Kübler-Ross, a defensora dos moribundos. Ela nasceu no escuro da Lua exatamente antes de um eclipse, com o Sol e a Lua em Câncer, o Sol em conjunção com Plutão. Segundo Lois Rodden, em *Profiles of Women*, sua data de nascimento foi 8 de julho de 1926, às 22:45h, em Zurique, Suíça. (Informação proveniente de uma carta de Ross para Robert Chandler de Londres.)

Em segundo lugar na excelência lunar de nossa época surge John Bradshaw, cujos seminários sobre a família disfuncional ajudaram a milhares e milhares de pessoas. Pensando bem, que outra coisa podia ser ele senão um canceriano? O pai de todos os cancerianos! Em seu livro, *Homecoming*,[4] Bradshaw fornece a informação relativa ao nascimento de um de seus "duendes". A data é 29 de junho de 1933, às 3:05h, em Houston, Texas. Quando conferi com o escritório de Bradshaw, sua irmã Barbara Bradshaw me revelou ao telefone que os dados fornecidos eram de fato a data e o local de nascimento de John. Ela não tinha certeza da hora, mas supõe que ele a conseguiu na certidão de nascimento.

O Círculo Zodiacal como Ferramenta Simbólica

Na tentativa de entender os problemas relacionados à Lua, como a obesidade e a TPM, a intuição me levou a traçar um mapa circular com Câncer no ascendente. (Ver figura 2 na página 59). Isto coloca Leão na 2ª casa, Virgem na 3ª e assim por diante, em torno do círculo zodiacal. As áreas descritas pelas doze casas são mostradas no lado de dentro do círculo. Este é um mapa simbólico, e não o verdadeiro.

Por exemplo, nem todas as pessoas com excesso de peso nasceram com Ascendente Câncer, e nem todas as pessoas com Ascendente Câncer têm problemas de peso. No entanto, a psicologia dos distúrbios da alimentação é descrita por este circulo. Ou seja, Leão na 2ª casa deve mostrar

[4] John Bradshaw, *Homecoming: Reclaiming & Championing Your Inner Child* (Nova York: Bantam, 1990), p.52.

os valores envolvidos, Virgem na 3ª casa deve combinar com o processo de pensamento, Libra na 4ª casa deve descrever o papel da família e assim por diante. No capítulo 12, você verá que o círculo do Ascendente Câncer descreve extremamente bem os vícios alimentares. Por exemplo, Áries na 10ª casa mostra que muitas pessoas obesas comem por causa da raiva que sentem ante as figuras de autoridade ou ante a posição que ocupam na hierarquia do mundo. A estrutura do zodíaco contém chaves decisivas para a compreensão da vida e do comportamento humano.

O círculo zodiacal possibilita analisar muitas disfunções lunares. Ele explica fenômenos tão diversos quanto a TPM, a necessidade do machista de amar as mulheres e abandoná-las em seguida e a razão dos obesos de ignorarem o perigo mortal que estão cortejando. Capítulos importantes discutirão o círculo e sua aplicação detalhada. Muitas utilizações do círculo se relacionam ao estresse da travessia de limiares lunares como o parto e a menopausa. Ele também pode ser aplicado a limiares que não estão descritos neste Livro, como ir morar sozinha pela primeira vez ou estar de luto pela morte da mãe.

Muitos astrólogos, principalmente Isabel Hickey, assinalaram que as características de qualquer signo se mostram mais claramente quando este se encontra em ascensão. O Ascendente Câncer se correlaciona com os traços que citamos ao definir o signo de Câncer. Por exemplo, a colocação na casa de Libra mostra aquilo com que você realmente está casada. Com Libra na 4ª casa, as ligações mais fortes dos cancerianos são freqüentemente com as responsabilidades em relação ao lar, ao passado e à mãe que dizem respeito a 4ª casa. A casa em que Escorpião se encontra indica onde você é mais possessivo, e também quais as questões que você considera de vida ou de morte. Com Escorpião regendo a casa dos filhos — a 5ª casa — os cancerianos são com freqüência ligados possessivamente à prole. Não vamos seguir a seqüência inteira, já que o faremos em diversos capítulos. O estudante encontrará novas visões do signo de Câncer ao repassar o círculo completo como um exercício. (Quem tiver Ascendente Câncer no mapa natal levará vantagem, pois cada volta que dermos no círculo será também uma volta dada em seu próprio horóscopo.)

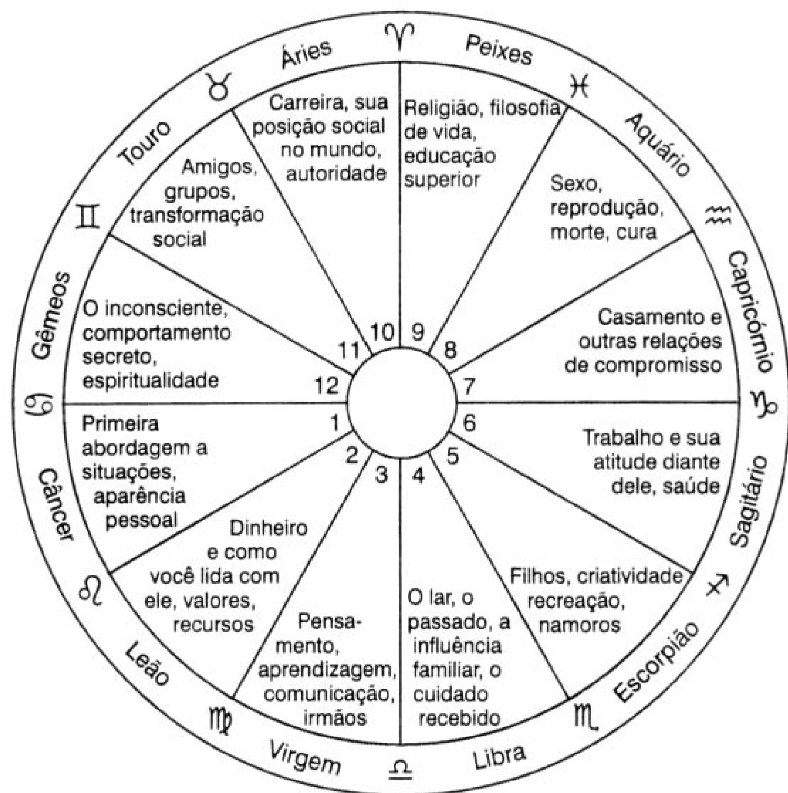


Figura 2. O Círculo do Ascendente Câncer. O círculo de dentro enumera o significado relacionados simbolicamente com as doze casas quando o signo de Câncer na primeira.

Se este recurso fosse apenas descritivo, em vez de prescritivo, isso seria deprimente. A percepção só é útil quando aponta uma linha de ação. Minha abordagem à astrologia é uma abordagem homeopática. Entre outras coisas, isso significa que o problema sempre contém a semente da solução. Cada signo tem diversos modos correlacionados de expressar a mesma necessidade básica, seja ela construtiva ou destrutiva. Em seu aspecto mais destrutivo, Libra na 4ª casa está casada com o passado e incapaz de lidar com o presente. Uma utilização construtiva de Libra na 4ª casa seria o equilíbrio da balança pela reconciliação com as

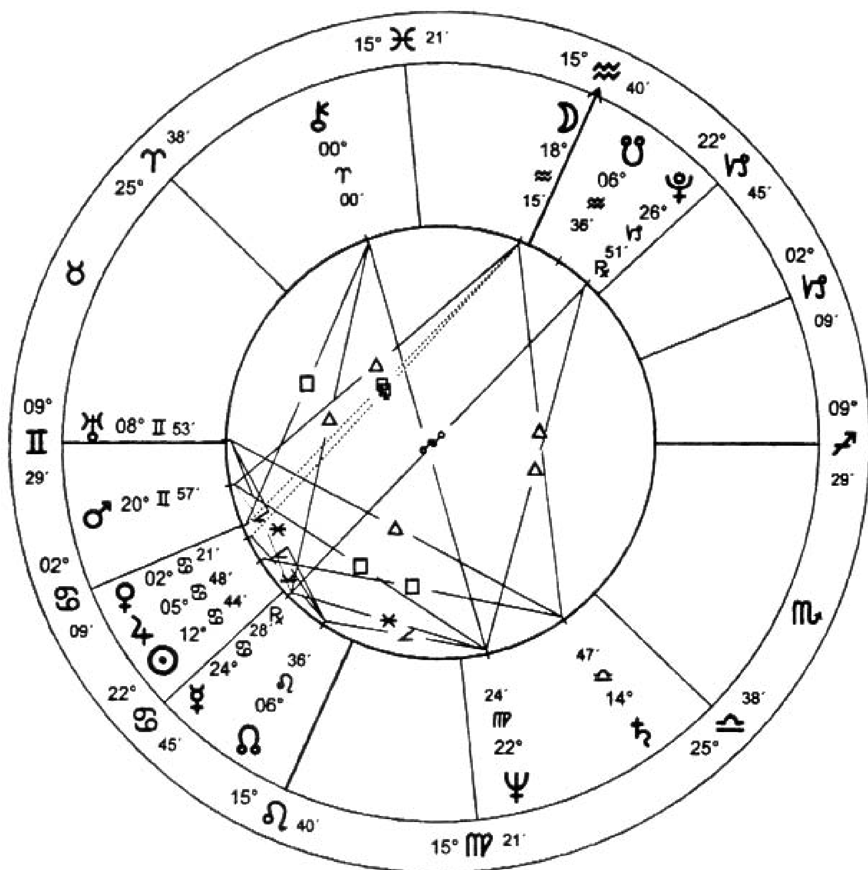
pessoas a quem você prejudicou. Isso liberta-o da culpa que o prende ao passado. A cura provém da elevação das energias do signo para uma expressão mais saudável. Onde quer que o círculo seja usado, iremos considerar de que modo cada combinação de signo/casa pode ser bem expressa, atraindo força e não fraqueza. O círculo é uma das ferramentas mais úteis na aprendizagem de como ser um tipo lunar num mundo solar. Ele pode nos ensinar o modo de cuidarmos e cultivarmos a nós mesmos.

O Maior Caranguejo do Mundo — Os Estados Unidos

Primeiramente temos de escolher um mapa dos Estados Unidos, já que livros, artigos e conferências astrológicas aos milhares debateram uma ver-são ou outra. Ainda existe polêmica quanto à própria data de nascimento. Foi engraçado perceber que inúmeros astrólogos que laboriosamente corrigiram o mapa dos Estados Unidos atribuíram-lhe, de algum modo, seus próprios Ascendentes. Uma pessoa que conheço, cujo Ascendente é Escorpião retificou-o para Escorpião; Rudhyar, que tinha Ascendente Sagitário, deu ao mapa um Ascendente igual; e há outros exemplos.

O tradicional mapa dos Estados Unidos faz muito sentido. Quando Urano, o planeta da revolução, é colocado sobre o Ascendente Gêmeos, isso coloca quatro planetas na 2ª casa (dinheiro), e os EUA são uma das nações mais ricas do mundo. O que muitos astrólogos vivenciam como características fortemente sagitarianas pode ser explicado pela conjunção do Sol com Júpiter, sendo Júpiter o regente de Sagitário. A hora deve ter sido anotada, porque muitos fundadores da pátria estavam envolvidos com o ocultismo. Com certeza, devem ter anotado o momento da ocorrência de algo tão avassalador quanto a decisão de tornar independente a nação.

O falecido Charles Emerson achava que o mapa tradicional era o autêntico, talvez pelo momento de uma votação noturna em favor da Secessão, mesmo que o documento propriamente dito só tenha sido assinado no dia seguinte. (Ver mapa 1 na próxima página.) Ele retificou o mapa tradicional e o considerou essencialmente correto, defasado de apenas alguns minutos. (Não, ele não tinha Ascendente Gêmeos — nem eu!) Seu trabalho foi impressionante. Muitos aspectos elaborados com exatidão de minutos, por transito ou progressão. Por exemplo, a guerra civil irrompeu quando Marte progredido, o planeta da agressão, estava em oposição exata ao Meio-Céu.



Mapa 1. O Horóscopo dos Estados Unidos. O mapa tradicional é calculado para 4 de julho de 1776, às 2:13:32h, na Filadélfia. Esta versão foi retificada por A. Charles Emerson para as 2:21:05h, baseando-se em informações compiladas de direções de arcos solares, imagens planetárias (*no sistema uraniano*) *e eclipses, referentes a todos os principais acontecimentos da História Americana. A retificação feita pelo Sr. Emerson mudou o Ascendente de 7° 14ª para 9° 29' de Gêmeos. Usaram-se aqui as casas de Placidus.* (*Mapa cortesia de A. Charles Emerson.*)

Nós temos o Sol e três outros planetas em Câncer e a Lua no Meio-Céu, o que torna nosso país extremamente lunar. Conforme Charles assinalou, nós o chamamos de Mãe-pátria e nos referimos a patriotismo como Maternidade e Torta de Maçã. Com semelhante mapa, tendemos a ser um povo bastante conservador, centrado na família. O fato de ter

quatro planetas pessoais neste signo significa que todas as preocupações lunares — o lar, a família, a mãe, a segurança, a alimentação, e as emoções — são cruciais para nosso bem-estar. Elas não podem ser ignoradas nem alteradas sem abalar o nosso equilíbrio. No entanto, como veremos no próximo capítulo, trânsitos por nossos planetas cancerianos neste século simbolizaram profundas mudanças nessas áreas.

Os quatro planetas que a nação americana tem em Câncer são: 1) *O Sol* — o personagem nuclear, o centro do ser; *2*) *Júpiter* — o desejo de crescimento e expansão, o sistema de convicções; 3) *Mercúrio* — o modo e o foco de pensamento; e 4) *Vênus— o* critério de atratividade feminina, a modalidade de relacionamento e as condições necessárias ao amor. Para as mulheres serem consideradas boas americanas, elas têm de desempenhar os papéis tradicionais de esposa e mãe. Com Vênus — um indicador de nosso ideal feminino — em Câncer, não é de admirar que as mulheres americanas tenham vínculos tão fortes com suas mães e lutem para se tornar indivíduos separados.

A Lua é importante em qualquer mapa, graças às suas funções cruciais. No mapa de um(a) canceriano(a), ela é duplamente importante. Mostra como o(a) nativo(a) de Câncer faz para se expressar e satisfazer as necessidades lunares tão fundamentais para sua paz de espírito. O fato de haver quatro planetas em Câncer no nosso mapa nacional enfatiza ainda mais a Lua. A Lua dos Estados Unidos está no signo de Aquário, um signo lunar muito difícil para Câncer. Iremos ver as manifestações das tensões entre esses dois signos, à medida que formos abordando várias questões.

Como a Lua rege as mulheres, a Lua dos Estados Unidos em Aquário mostra atitudes em relação às mulheres e ao papel da mulher na sociedade. Com a Lua dos Estados Unidos em Aquário, sempre houve entre as norte-americanas mulheres progressistas e livre-pensadoras, desde Susan B. Anthony e Margaret Sanger a Hillary Clinton. Apesar das condições opressivas e da intimidação, nossas mulheres continuaram a pressionar até adquirirem os direitos à educação, ao voto, à liberdade de reprodução e ao emprego com oportunidades iguais.

Para uma nação com quatro planetas em Câncer o fato de ter uma Lua em Aquário produz muitas contradições. Os planetas em Câncer

sugerem uma nação que é fortemente emocional, enquanto a Lua em Aquário deseja bloquear os sentimentos por meio da intelectualização. O aspecto entre Câncer e Aquário é um quincunce, um ângulo de 150° que produz estranhas justaposições. Os Estados Unidos são um país onde os manifestantes do movimento ecológico Green Peace se acorrentam a reatores nucleares, enquanto os manifestantes do movimento Right-to-Life (direito à vida) abatem a tiros os médicos praticantes de aborto, e ambos os grupos recebem o mesmo tempo de exposição no programa televisivo de Oprah Winfrey.

A dupla Aquário/Câncer explica em parte porque é tão difícil para os americanos serem tipos lunares num mundo solar. O signo de Aquário é idealista, mas às vezes se envolve mais com retórica do que com a realidade. Portanto, há sempre um abismo entre nossos elevados ideais e aquilo que fazemos. Aquário tem a capacidade mental de assimilar ao mesmo tempo opiniões contraditórias; uma nação que se fundamentava em liberdade e justiça para todos quase se desintegrou, para não ter de libertar seus escravos — e que levou 144 anos para conceder o voto às mulheres! Aquário é elitista. É elitista uma abordagem que sustenta que todos são iguais, mas na prática torna alguns tão mais iguais que outros que precisa de leis de Oportunidades Iguais. Temos orgulho do papel de defensores da liberdade e da democracia no mundo todo, e, mesmo assim, em geral os republicanos compõem a maioria.

Cruzar um aquariano com um canceriano vai dar em quê? Dá um computador que só funciona quando está de lua. Isso não é uma piada, é uma metáfora para as contradições de nosso caráter nacional. Naturalmente a combinação não causa nenhum dos problemas que estamos vivenciando, ela só descreve os traços nacionais que tornam difícil lidar com assuntos lunares como dependência e emoções. O que se pode conseguir de positivo, ao cruzar um aquariano com um canceriano? Pode-se conseguir um comandante de nave espacial que seja também excelente ator shakespeariano. Isso é Patrick Stewart, da série televisiva "Guerra nas Estrelas — A Próxima Geração", nascido em 13/7/49 com o Sol em Câncer e a Lua em Aquário.

Outra combinação Câncer/Aquário foi Mary Baker Eddy, a

fundadora da Cientologia, e provavelmente de todo o movimento metafísico, onde a mente é aplicada aos problemas humanos. Segundo Lois Rodden, em *Profiles of Women*, ela nasceu em 16 de julho de 1821, às 17:38 h. (Lois Rodden afirma que os dados provêm dos arquivos da Igreja da Luz, de Keifer; Craswell escreve 17:30, hora local.) O que lhe dá um Sol canceriano e uma Lua aquariana.

Podemos falar mal dos aquarianos por uns instantes? Parece muito justo, considerando a freqüência com que eles, de nariz empinado, menosprezam os cancerianos. Serão só uns tapinhas, inspirados em minha velha comédia astrológica, é só isso. Quantos aquarianos são necessários para trocar uma lâmpada? São onze: nove para entrar na Internet e pesquisar os métodos mais avançados, um para mandar um fax requisitando uma lâmpada para a substituição, e um para executar a manobra. (Um aquariano não passa de um leonino dotado de cérebro.) Qual é a coisa mais cruel que se pode dizer a um aquariano? Vocês aquarianos são todos iguais.

Alguns cancerianos e outros tipos lunares podem obter alívio mudando-se para as áreas mais lunares de nosso país. A tabela 2 (página 65) lista algumas cidades e estados que você pode cogitar, baseando-se em *Horoscopes of the U.S. States and Chies*,[5] (Horóscopo dos Estados e Cidades dos Estados Unidos) de Carolyn Dodson. Porém, nunca faça uma mudança importante sem consultar seu mapa da Astro*Carto*Graphy e os trânsitos, como explicado no capítulo 15. Também seria prudente comparar seu mapa com o mapa da cidade ou estado envolvidos, e ler sobre a cidade no *Maces Rated Almanac. F*olheando o livro de Dodson, foi surpreendente verificar que poucos de nossos estados e cidades são cancerianos, em oposição aos inúmeros que têm o Sol, a Lua, ou ambos, em Aquário. Mesmo assim, as cidades são inerentemente mais uranianas que lunares. Outra descoberta interessante foi a de que muitas delas foram fundadas em dia de Lua nova — exatamente quando a sabedoria astrológica recomenda que se comece algo novo. Isso nos deixa imaginando quantos de seus fundadores terão estudado astrologia!

[5] Carolyn R. Dodson, *Horoscopes of the U.S. States and Cities,* (San Diego: ACS Publishing, 1975).

TABELA 2. OPÇÕES RESIDENCIAIS PARA TIPOS LUNARES
(E O QUE OS URANIANOS DEVEM EVITAR!)

ESTADOS CANCERIANOS

Idaho, New Hampshire, Virginia e Wyoming têm o Solem Câncer. Arkansas tem a Lua em Câncer.

CIDADES DOS ESTADOS UNIDOS COM O SOL EM CÂNCER

(o asterisco marca as cidades com o Sol e a Lua em Câncer.)

Stockton, CA	Santa Fe, NM
Orlando, FL	Niagara Falls, NY
Gary, IN	Oklahoma City, OK*
Baton Rouge, LA	Norman, OK
Portland, ME	Watertown, SD
Muskegon, MI'	Richmond, VA
Greenville, MS	Casper, WY
Concord, NI-1	Sheridan, WY

S DOS ESTADOS UNIDOS COM A CÂNCER

Montgomery, AL	Portsmouth, NH
Fayetteville, AR	Albuquerque, NM
Newark, DE	Columbus, OH
Chicago, IL	Medford, OR
Detroit, MI	Nashville, TN
St. Joseph, MO	Houston, TX
Sparks, NV	San Angelo, TX
Manchester, NH	La Crosse, WI

COMBINAÇÕES CÂNCER/AQUÁRIO

malucos e confusos que têm o Sol e a Lua em Câncer são o Estado De Oregon e a cidade de San (Isto segundo o mapa mais comumente utilizado pelos astrólogos de San Francisco datado de 1/30/ 1847, e não pelo mapa do livro de Eles compartilham as mesmas contradiçõe s e tensões mostradas no mapa dos Estados Unidos.

E o resto do mundo? O Reino Unido, com a Lua em Câncer, também é muito lunar. Outros países com a Lua em Câncer são a França (olalá, a comida!), o México, Mônaco, o Nepal e a Tunísia, segundo o precioso clássico de Moon Moem, *The Book of World Horoscopes* (O livro dos horóscopos mundiais).[6] Os países de Sol em Câncer incluem o Afeganistão, a Argélia, as Bahamas, o Iraque, as Filipinas, a Somália, a Tailândia, o Vietnã e o Zaire. São países que não estiveram ultimamente na lista dos mais tranqüilos, e os trânsitos de que trataremos no próximo capítulo lhe dirão por quê.

Por Que Eles São Tão Rabugentos?

Começamos a verificar por que motivo os nativos de Câncer e as mulheres estão passando tempos difíceis. Os dois grupos são freqüentemente inseguros e emocionalmente instáveis, devido ao esforço de lidar com necessidades lunares e com o hemisfério lunar num mundo que não lhes oferece apoio. O cobertor de segurança que outrora os reconfortava tornou-se agora um trapo esfarrapado, e eles devem abrir mão dele. Alguns que estão passando mais estresse, privações ou perdas acabam com dificuldades emocionais, problemas na função parental ou distúrbios alimentares. Se desejar mais pistas sobre as fontes do estresse, leia o próximo capítulo.

[6] Moon Moore, *The Book of World's Horoscopes* (Birmingham, MI: Seek-It Publications, 1980).

CAPÍTULO 3

DESDE QUE OS TERRÁQUEOS POUSARAM NA LUA, ELA JÁ NÃO É MAIS AQUELA

Em geral, História não é um assunto que me chame a atenção. Entretanto, ao notar que entre 1902 e 1956 os planetas exteriores (Urano, Netuno e Plutão), tinham feito uma travessia pelo signo de Câncer, interessou-me saber como essa combinação afetou as questões regidas pela Lua. Foi uma época singular. Urano atravessa o signo de Câncer a cada 84 anos. Netuno só atravessa Câncer a cada 164 anos e a órbita de Plutão leva 248 anos. A última vez em que Plutão e Netuno estiveram em Câncer deve ter sido há milhões de anos. Eles só se juntam no mesmo signo a cada 493 anos, e há 12 signos num ciclo.

Curiosa, pesquisei relatórios do Censo, estatísticas e textos históricos. Excitada, constatei que eles mostravam que neste século as áreas lunares da vida sofreram mudanças drásticas. Padrões básicos como o papel feminino, o lar, a família e até os hábitos alimentares se alteraram durante esses trânsitos difíceis. Semelhantes mudanças são uma demonstração surpreendente da validade da astrologia. Elas também esclarecem por que ficou tão difícil ser um tipo lunar num mundo solar.

Os Trânsitos de Planetas Exteriores pelo Signo de Câncer

Vamos examinar os trânsitos por Câncer, para ver o que aconteceu. Mas, antes de mais nada, é importante desmanchar a impressão de que estamos sendo sitiados por grandes e perversas forças planetárias vindas do espaço. Os planetas não estão causando os problemas que estamos enfrentando; eles apenas refletem o estágio que a nossa cultura está atravessando. Quando você se olha no espelho e percebe que engordou, joga a culpa no

espelho? Ele não é responsável pelo peso que você ganhou, assim como os planetas não são responsáveis pela elevação da taxa de criminalidade ou pela epidemia de gravidez em adolescentes. Os movimentos dos planetas têm correlação com as amplas mudanças sociais que estamos prestes a analisar — mas não, a autoria.

A importância dessas tendências pode se tornar mais evidente ao examinarmos o significado de Urano, Netuno e Plutão, para ver como suas energias se combinam com o signo de Câncer. Como esses planetas se movimentam muito devagar, diz-se que eles são *geracionais.* Isto é, durante os anos que um deles está transitando por um signo específico, nasce uma geração inteira. Importantes características do grupo etário são descritas pelos planetas exteriores e seus signos. Psicanálise à parte, somos afetados por outras coisas, além de nossos pais. Somos afetados pelas condições sociais, pelos grandes acontecimentos mundiais e pelo clima — a trilha sonora que ouvimos durante a fase de crescimento. Com os anos, aprendi a apreciar como são profundas essas posições e quão diferentes entre si são as gerações astrológicas. Por exemplo, a Primeira Guerra Mundial e a Grande Depressão afetaram profundamente Plutão e os nativos de Câncer. Conseqüentemente, muitos deles ficaram obcecados pela família e por segurança. O Plutão dos leoninos teve mais tempo ocioso e tomou-se obcecado por si mesmo.

Netuno em Câncer (*1902-1916*)*:* Netuno está associado com ilusão e impostura, mostrando o que é idealizado às raias do mítico pela geração a que você pertence. Ele mostra condições sociais que estão se dissolvendo porque já não são funcionais. Para cada signo de Netuno, as questões deste signo se tornam o sonho evanescente, a esperança fugidia, o Papai Noel que nunca chegou. Aquilo que perdemos — ou aquilo que de fato nunca tivemos — deixou-nos viciados, de modo que continuamos a procurá-lo pelo resto de nossas vidas. Ele se torna nosso feitor, nosso carcereiro e nossa grande decepção, já que nada é capaz de satisfazer a ideais tão inflados.

Para a geração que tem Netuno em Câncer, e para as gerações de seus filhos, essa ilusão aprisionante foi a Mãe Perfeita, a mulher-fantasia tipificada pela expressão Maternidade e Torta de Maçã. As mulheres estavam come-çando a sair de casa para trabalhar, e a Revolução Industrial já estava mudando a vida da família. Como conseqüência, aquele grupo idealizou a mãe auto-imolada, totalmente amorosa, que tudo concedia. Porém, Netuno

mostra nossas ilusões, daí que, para começo de conversa, nossa mãe sonhada nunca existiu de verdade, e acabou se transformando num pesadelo. (Nosso tributo mais sentimental, o Dia das Mães, foi celebrado pela primeira vez nos Estados Unidos no dia 10 de maio de 1914, com Netuno em Câncer.) Desde aquela era as mulheres têm trabalhado como escravas para corresponder a esses ideais de maternidade; no entanto, elas fracassam ante a inflação das expectativas. Mulheres que encampam tal sonho sofrem de terríveis sentimentos de inadequação e culpa.

O que é interessante é que o clichê Maternidade e Torta de Maçã é uma invenção recente. Refiro-me aqui à versão romantizada, típica dos programas de televisão — mamãe-papai-filhos vivendo longe dos parentes, o pai saindo todo dia para trabalhar e a mãe em casa sozinha com as crianças. A vida não era assim antes do final do século XIX e começo do século XX — antes dos trânsitos que estamos discutindo. A família inteira, dos filhos até os avós, vivia e trabalhava em casa. Homens, mulheres e crianças trabalhavam para produzir o alimento, a vestimenta e outras coisas necessárias. Todo mundo participava do longo e exaustivo labor, e cada um era valorizado pela contribuição dada. Com diversas gerações à mão, as mulheres ajudavam umas às outras em períodos de dificuldades ou doença. Elas ensinavam umas às outras a cuidar dos bebês, a cozinhar e demais habilidades da vida doméstica.

A idéia da infância como um estágio separado da vida também é recente. Segundo Signe Hammer, a divisão dos papéis masculino e feminino, com a mulher dissolvendo sua identidade na do marido e dos filhos, surgiu das mudanças sociais causadas pela Revolução Industrial. Foi somente a partir do momento em que essas mudanças se impuseram que a feminilidade passou a significar sacrifício da própria identidade e vida vivida por intermédio de outros.[1] (Netuno rege o sacrifício e o martírio.)

Plutão em Câncer (*1914-1938*)*:* Plutão representa a morte, o renascimento e a transformação profunda. Tem uma forte associação com o poder e com nossa ambivalência em relação a este. Pode mostrar tanto a opressão explícita quanto a dissimulada guerra psicológica manipuladora e controladora. Está relacionado com a sexualidade e o poder de luta entre os sexos. Plutão

[1] Signe Hammer, *Daughters and Mothers/Mothers and Daughters* (Nova *York*, Signet, 1976), p. 70ff.

em Câncer foi o mais poderoso e duradouro dos processos representados pelos três trânsitos. Acarretou profundas mudanças nos papéis femininos e na vida em família, tais como alimentos sintéticos para lactentes, a luta pela aceitação do controle de natalidade, um fragoroso declínio dos índices de natalidade e a participação cada vez maior das mulheres no mercado de trabalho. Com o trânsito de Plutão em Câncer, foi dado um golpe mortal em muitas instituições lunares. Contudo, o mito da Mãe-Perfeita-e-Dona-de-Casa, surgido enquanto Netuno estava em Câncer, convertera-se numa ferramenta para controlar as mulheres e mantê-las dependentes.

Netuno e Plutão têm estado quase continuamente viajando a 60° de distancia um do outro desde 1943, portanto é difícil separar as tendências que cada um representa. Por exemplo, Netuno transita freqüentemente em correlação com a inflação e Plutão em correlação com a dívida. A inflação tem sido contínua ao longo do século, com o valor do dólar caindo lentamente, mas de modo inevitável. Impactando a 2ª casa do mapa dos Estados Unidos, o trânsito por Câncer durante a Depressão e a Segunda Guerra Mundial lançaram os alicerces de nossa paralisante dívida. O crédito financeiro, tanto o nacional quanto o pessoal, é pane daquilo que gera a ilusão de afluência nos Estados Unidos. Se todos pagassem a vista e se parássemos de explorar os países do Terceiro Mundo e a própria Terra, seríamos quase tão pobres quanto o resto do mundo.

Urano em Câncer (*1948-1956*)*:* Urano está associado à revolução, dissolução de tradições e instituições e libertação do passado. Ele rege Aquário e está ligado com os movimentos de liberação, de mudança social e com a sede de liberdade. Enquanto Urano fazia a travessia por Câncer, as mulheres se mobilizaram para mudar sua própria condição social. Essa foi a tendência durante um trânsito de Urano por Câncer em 1865-1873, que coincidiu com o apogeu do primeiro movimento sufragista feminino. O trânsito de Urano por Câncer, em 1948-1956, representou as sementes da revolta (A publicação de *O Segundo Sexo*, *a* pílula que livrou as mulheres da concepção indesejada e o mais alto índice de divórcios até então).

O "verdadeiro" Movimento de Liberação Feminina decolou enquanto Urano estava em Libra (1968-1975), quando as mulheres nascidas com Urano em Câncer atingiram a idade de se converterem em força de mobilização. Urano em Câncer mostrou as mulheres rompendo as

cadeias fisiológicas da maternidade, e Urano em Libra mostrou as pessoas mais livres para abandonar relações que as infelicitavam. O "clima" dos tempos molda o pensamento da geração que nasce em determinada época. As crianças nascidas com Urano em Libra absorveram as idéias que tentamos submeter a provação tão constrangidamente e veementemente durante o auge da "Liberação Feminina". Como adultos, era esperado que levassem o processo mais adiante.

Outros Trânsitos de Impacto pelo Signo de Câncer

Embora tenhamos discutido períodos em que os planetas exteriores estavam em Câncer, o quadro real era muito mais complicado. Também houve trânsitos pelo signo de Libra durante parte deste século, formando um ângulo tenso de 90° (quadratura), com o signo de Câncer. Além disso, os planetas estiveram atravessando o signo de Capricórnio, o que forma um ângulo tenso de 180° (oposição), com Câncer. A tabela 3 mostra que o signo de Câncer tem estado sob constante pressão ao longo de todo o século XX. Conforme veremos, cada área lunar sofreu enormes mudanças durante o período.

TABELA 3. TRÂNSITOS ASTROLÓGICOS DURANTE O SÉCULO XX

CÂNCER		LIBRA		CAPRICÓRNIO	
Netuno:	1902-16				
Plutão:	1914-38				
Saturno:	1915-17*				
Saturno:	1944-46	Netuno:	1943-57		
Urano:	1948-56	Saturno:	1951-53*		
		Tirano:	1968-75		
		Saturno:	1980-83		
		Plutão:	1971-84		
				Netuno:	1984-98
				Saturno:	1988-90*
				Urano:	1988-95

* Nota Houve outros trânsitos de Saturno para esses signos durante o século atual, mas estes contribuíram com um estresse adicional nos períodos em questão.

Netuno, Urano e Plutão em Libra: Os trânsitos dos planetas exteriores por Libra coincidem com profundas mudanças nas relações entre homens e mulheres. Aqueles planetas também estiveram em quadratura com o signo de Câncer, de modo que as relações alteradas necessariamente tiveram um profundo efeito na vida em família, e igualmente na caracterização dos papéis femininos.

Como discutido mais plenamente em meu livro, *Astrology and Spiritual Development* (Astrologia e Desenvolvimento Espiritual), os anos de Netuno em Libra (1943-1957) foram um período em que homens e mulheres lutaram para restabelecer as mútuas relações depois da Segunda Guerra Mundial. Os homens tinham partido para a guerra e voltado profundamente modificados, enquanto muitas mulheres foram trabalhar fora pela primeira vez, na indústria bélica, ganhando o próprio sustento e mandando na própria vida. Depois da guerra, houve a grande explosão demográfica, seguida pelo número mais alto de divórcios que se havia visto. Para preservar a segurança e a família, as mulheres precipitadamente recuaram de sua liberdade dos tempos de guerra e tentaram emular Donna Reed. Essa foi a era do grande romance hollywoodiano — um antídoto para o sofrimento e a desilusão ante essas mudanças de relacionamento. A geração de Netuno em Libra, que cresceu tendo por fundo musical esse processo, ainda assiste filmes antigos e espera algum dia encontrar aquele romance perfeito.

Urano em Libra — disso eu me lembro bem! A maior pane da edição original desse livro foi escrita sob essa influência. Os anos de Urano (1968-1975), foram o clímax do mais recente movimento de liberação feminina. Esse intervalo tenaz trouxe idéias avançadas sobre os papéis femininos, as novas carreiras e oportunidades para as mulheres, além de uma nova liberdade de sermos nós mesmas. Infelizmente, não durou, não foi tão longe quanto esperávamos que fosse, e a ele seguiu-se um certo retorno à trincheira e até mesmo algum retrocesso. Plutão em Libra (1971-1984), coincidiu com o trânsito de Urano e prosseguiu com a alteração de relacionamentos entre os sexos. Em muitos aspectos, fez soar o toque fúnebre para o casamento tradicional, pois os índices de divórcio chegaram a 50% em muitas regiões.

Em seguida, Plutão *fez* a travessia por Escorpião. A luta pelo poder

entre os sexos acirrou-se ainda mais, com o assédio sexual transformado em importante questão legal e com aberrações como emboscadas às mulheres e os fanáticos do movimento Right-to-Life atirando em médicos. Esse movimento é mais uma frente contra a mulher do que uma frente a favor da vida. Se o verdadeiro objetivo fosse a preservação da vida, e não o controle das mulheres, eles mesmos estariam fazendo manifestações contra a pena de morte e contra as pesquisas que usam animais como cobaias. Estariam fazendo agitação contra a Guerra do Golfo, e não pendurando esvoaçantes fitinhas amarelas na antena do carro. Estariam pressionando o Congresso por verbas *para* pesquisa de tratamentos anti-AIDS ou de alguma vacina para evitá-la. Estariam até — embora seja difícil de acreditar — fazendo campanha pelo aumento do número de creches, de verbas para a saúde, de benefícios sociais para as crianças que os esforços deles permitiram nascer. A superpopulação é indiscutivelmente um dos maiores problemas mundiais em nossa época e irá crescer ainda mais nas décadas vindouras. Ela causa morte por subnutrição e contribui para as mortes causadas por doenças, promiscuidade, poluição e crimes violentos. Em 1994, o movimento Right-to-Life provocou a derrocada do Congresso Mundial de Planejamento Populacional.

Urano e Netuno em Capricórnio: Durante os trânsitos parcialmente coincidentes de Urano (1988-1995), e Netuno (1984-1998), por Capricórnio, o mundo passou por drásticas mudanças. Instituições políticas e sociais importantes, porém decadentes, desagregraram-se e caíram. A nível mundial, um exemplo disso foi a fragmentação da antiga União Soviética em facções ainda menores e mais beligerantes. Duas expressões de quão profundamente as áreas lunares da vida foram impactadas durante esses trânsitos são o trágico crescimento de legiões de sem-teto e a fome mundial.

O americano médio suspirou aliviado quando, por volta de 1994, a ameaça de uma depressão parecia haver cedido. Como em tantas coisas que Netuno toca, a recuperação foi ilusória. Nós tínhamos apertado os cintos e feito cortes. Os que tinham emprego eram menos numerosos, os que não tinham emprego, mais invisíveis. Os índices de desemprego e de falência se elevaram. Também havia um novo contingente na classe

empobrecida, e nem todos sem instrução. As empresas "enxugaram quadros", o que significou menos empregos. Muitas companhias ofereceram aposentadoria antecipada aos grisalhos, quer eles quisessem ou não. Cresceu a discriminação às pessoas maduras, logo não era fácil conseguir um novo emprego, quando se havia passado dos 50 anos.

Muitos daqueles, cujos mapas foram pessoalmente afetados, sofreram também a queda de estruturas cruciais. (Importantes seriam os trânsitos pelo Sol, Lua, Ascendente, Meio-Céu, ou por uma quadratura em T — ou para várias dessas posições.) Como Capricórnio é um signo universal, muitas vezes essas passagens pessoais estiveram ligadas ao que estava acontecendo no nível mundial. A aldeia global é hoje uma realidade — de um jeito ou de outro —, e uma ação realizada em algum lugar impacta agora, de forma direta e rápida, quem vive do outro lado do planeta.

Câncer e Capricórnio são signos opostos. Opostos podem partilhar objetivos, preocupações e modos operacionais. Eles podem agir para contrabalançar um ao outro. Tanto Câncer quanto Capricórnio buscam segurança e podem ser tradicionais, ou até conservadores. A passagem de Urano e Netuno por Capricórnio foi acompanhada de um anseio coletivo de retornar às estruturas lunares seguras — especialmente à família e ao lar. No entanto, essas estruturas sitiadas já não existem em suas formas antigas, e seria uma ilusão pensar que podemos voltar a elas. Parte da tarefa deste livro é ajudá-lo a descobrir como substituí-las.

Durante a série de trânsitos que acabei de esboçar, as pressões sobre o signo de Câncer e as áreas lunares da vida têm sido implacáveis e têm produzido enormes mudanças. Essas alterações serão discutidas pormenorizadamente em capítulos relevantes, mas a tabela 4 (pág.77) apresenta uma visão geral. Com o referencial de como esses trânsitos se relacionaram com mudanças mais amplas nas áreas lunares, iremos examinar os marcos mais específicos, à medida que formos prosseguindo. Em muitas dessas áreas, o planeta Urano e o signo de Aquário são especialmente relevantes.

Como exemplo de dado estatístico que significa muito para as vidas individuais, os trânsitos pelo signo de Câncer correspondem ao virtual

desaparecimento do hábito de amamentar ao seio nos Estados Unidos. Embora esteja novamente em alta, principalmente entre as mulheres brancas escolarizadas da área urbana, diversas gerações foram criadas com leite em pó ou condensado. Vimos que existe uma profunda inter-relação das funções lunares no nível subconsciente, logo uma função não pode ser abruptamente sustada sem produzir perturbações em outras. O fim do aleitamento ao seio eliminou um certo tipo de intimidade amorosa que dava alegria à mãe e ao bebê. Esta pode ser uma razão da atual alienação de nossa cultura em relação a nossas mães.

Aqui e em outros capítulos, vamos estar examinando muitas estatísticas sobre as perdas lunares, e estatísticas podem ser enfadonhas. Para você não julgar irrelevantes em sua vida esses números, considere os efeitos deles em nossas relações. Quanto maior o número de seres amados que perdemos, mais magoados ficam nossos corações. Quanto mais precoce e relevante for a perda, maior o impacto. Pouco a pouco, vamos ficando temerosos de nos envolver ou incapazes de amar outras pessoas. Endurecemos nossos corações para não sentir dor, perdemos a compaixão e temos medo de amar novamente. Como os homens são pressionados para não sentir e, principalmente, para não se lamentar, muitos deles se fecham depois de uma perda importante, tornando-se emocionalmente inacessíveis. Açúcar e bebidas alcoólicas aquecem o coração físico, que nós facilmente confundimos com o centro cardíaco do corpo energético, aquela porção de que tratam todas as canções de amor. Depois de terem o coração seriamente ferido, muitos se voltam para o açúcar e para o álcool em busca de consolação, correndo o risco de se viciar. Traduzido para o nível de massa, o que todas essas estatísticas significam é que somos uma sociedade cujo coração está magoado, e isso afeta todas as nossas relações, desde a mais casual até a de maior envolvimento.

As Dissidências entre Câncer e Aquário

A Lua dos Estados Unidos em Aquário é significativa, especialmente numa nação com quatro planetas em Câncer. Urano, o regente de Aquário, está no Ascendente dos Estados Unidos, enfatizando ainda mais a

tensão Câncer/Aquário. As mudanças nas áreas lunares são as dores do parto da Era de Aquário. Para aliviar o estresse, precisamos encontrar novos meios de satisfazer as necessidades lunares, já que elas não podem ser simplesmente dispensadas.

A Cisão Câncer/Aquário: Os planetas se combinam mais prontamente com alguns signos do que com outros, dependendo do grau em que para eles for natural expressarem suas preocupações naquele signo. A quadratura de Câncer-Aquário nos Estados Unidos representa profundos conflitos dentro de nosso caráter nacional. Por sua própria natureza, Aquário se acha em conflito com questões caras aos cancerianos — nem sempre antagonizando, senão ultrapassando as questões simplesmente. Aquário é desapegado e lógico, focalizando-se mais no intelecto do que nos sentimentos. Ele se rebela contra a autoridade e os valores tradicionais. Rejeita o passado, abraça o futuro, pressiona em favor de mudanças e busca perpetuamente o que é novo e diferente. Aquário atribui um alto valor à independência, à liberdade e ao individualismo — freqüentemente às custas dos laços familiares ou das relações pessoais.

Os aquarianos são fascinados por ciência e tecnologia. Eles veneram a razão, desdenhando a intuição em favor de fatos e números. Câncer é subjetivo, beirando o antiintelectual. A Lua aquariana no mapa dos Estados Unidos mostra até que ponto somos um povo dependente da ciência. Nós tentamos ignorar nossas necessidades, emoções e ritmos corporais em favor de uma abordagem científica que só consegue nos levar a sentir mais insegurança e alienação. A ciência se transformou no pai, e quem esperamos que nos forneça todas as respostas, a autoridade suprema a quem obedecemos sem questionar. Uma palavra-chave lunar é: *gratificação;* e uma aquariana *é: instantânea*. Nós estamos perdendo nossa capacidade de esperar, insistindo em gratificação instantânea. Esperamos que a ciência e a indústria nos tragam respostas instantâneas a nossos problemas, e nos precipitamos sobre essas soluções-relâmpago sem dar tempo a que sejam testadas em profundidade. Resultado: temos *fast-food*, temos carros velozes e amigos fugazes, e não temos normas seguras e sólidas.

TABELA 4. ALTERAÇÕES CAUSADAS PELO TRANSITO DE PLANETAS EXTERIORES EM QUESTÕES LUNARES

PAPÉIS FEMININOS: Em 1890, menos de 20% das mulheres trabalhavam fora, mas nos anos 70 o percentual era de 41%.

O LAR: Agora nos mudamos treze vezes no decurso de uma vida, ou de cinco em cinco anos. Quando não estamos de mudança, quem está são os parentes e amigos, logo nós sofremos constantes perdas de seres amados.

OS SEIOS: A amamentação ao seio era praticamente universal na primeira parte do século, mas aí por 1946 só 2/3 das mulheres deixavam Os filhos mamarem no peito, e na década de 70, menos de 10% o faziam.

PARTO: O índice de natalidade caiu quase à metade desde 1900. A classe das parteiras praticamente desapareceu e agora, entre os que realizam partos, 95% são homens.

CICLO MENSTRUAL: Até a média de idade da primeira menstruação Se alterou — em 1900 era de 14 anos, e agora é de 12 1/2.

O ESTÔMAGO: As cifras referentes à incidência de úlcera em mulheres subiram astronomicamente. Ames a proporção de casos era de 20 homens para cada mulher, mas agora é de 2:1, obviamente relacionada à entrada das mulheres na força de trabalho.

ALIMENTAÇÃO: Mais da metade dos americanos faz agora mais da metade de suas refeições fora de casa. Nossa dieta mudou para pior e estamos ficando mais gordos.

As características de Urano, em si mesmas, não são ruins. Os aquarianos podem ser visionários e humanitários, ter um objetivo de liberdade e igualdade para todos. Precisamos ter certo grau de desapego para evitar que sejamos dominados pela emoção. Com certeza, existe um lugar para a lógica; com certeza, há coisas em nossa estrutura social que necessitam mudar; com certeza, inúmeras descobertas científicas foram maravilhosas; e com certeza, é contraproducente ficar atolado no passado.

Ninguém consegue crescer se continua apegado aos pais de forma co-dependente. Entretanto, quando levamos a extremos esses traços e tentamos forçar todas as necessidades lunares a se enquadrarem num rígido molde aquariano, estamos procurando problemas. Os aquarianos podem alcançar um alto grau de consciência, e assim, nessa difícil era de transição, temos de conscientemente identificar e atender a nossas necessidades lunares. Para sermos íntegros e integrados, devemos cuidar de nós mesmos, descobrir nossos sentimentos, fazer o necessário para nos sentirmos seguros e sondar nosso hemisfério lunar.

A Caixa dos Vidiotas: Urano simboliza os meios de comunicação de massa, e estes, sobretudo a televisão, transformaram a vida moderna. Tanto o rádio quanto a televisão começaram durante os trânsitos dos planetas exteriores por Câncer. (A primeira transmissão transcontinental da televisão americana ocorreu quando Urano estava em Câncer.) Hoje, 96% dos lares americanos possuem pelo menos um aparelho de televisão. Quando chamamos a televisão de caixa dos vidiotas, não estamos falando apenas de uma caixa idiota, pois a tevê funciona como uma babá eletrônica para nossos filhos — para todos nós. Muitos dos que são viciados em televisão, sofreriam de síndrome de abstinência caso fossem privados dela. Especialmente para as pessoas que vivem isoladas, — adultos solteiros, mulheres que passam o dia em casa sozinhas, idosos — a televisão substitui a família, os amigos, os grupos e atividades. O jantar costumava ser um momento em que a família se reunia e conversava. Agora muitos de nós comem de bandeja em frente à televisão, mandando os filhos calarem a boca, quando querem conversar conosco. Depois nos espantamos quando eles não param em casa, quando preferem a companhia dos amigos.

Urano rege a consciência e a televisão está moldando nossas consciências. Programas e comerciais afetam nossos valores, nossa moral e nossas convicções, quando outrora essas coisas eram instiladas por nossas famílias. Os uranianos — pessoas com um forte Urano natal — podem ser viciadas em excitação. A televisão oferece contínua excitação, aventura e sofisticação. No entanto, o retrato de vida que a televisão nos oferece é pouco realista, repleto de aventuras e de finais felizes. Os jovens esperam esse tipo de excitação, perseguem uma vida glamourosa ou encontram satisfação nas drogas. A constante exposição às estrelas da mídia também

cria expectativas pouco realistas em relação a nós mesmos e aos outros. Fazemos comparações, e quando não somos tão lindos nem tão talentosos quanto as estrelas, nossa auto-estima sofre.

Urano fomenta o desapego emocional. Muitos vêem televisão horas a fio, para não sentir nada, nem precisar lidar com seus problemas. Suprime-se os conflitos familiares deixando a tevê ligada o tempo todo. Com a falta de comunicação, esses sentimentos vão se acumulando até explodirem de súbito, numa maneira típica de Urano. Em seu pior aspecto, Urano também rege a violência, e a televisão nos ensina a lidar com as emoções e o conflito por meio de explosões de violência. Os videogames mais populares, que grande pane dos meninos ficam jogando diariamente durante horas, também são, em geral, violentos. Os pais já começaram a fazer pressão sobre a indústria televisiva para diminuir o conteúdo de violência. Os programas agora aconselham aos pais que façam a triagem de certos tipos de material.

Pelo lado positivo, a TV também provoca a exposição a uma produção educacional e cultural que jamais encontraríamos localmente. Até mesmo os programas de entrevistas, malgrado seu sensacionalismo, tornam-nos conscientes dos problemas individuais e familiares, e de algumas soluções. Graças a uma cobertura de primeira linha, dada aos acontecimentos e tendências mundiais, a televisão contribui para a sensação de aldeia global. Há uma profusão de excelentes programas — o principal é fazer uma seleção consciente. Fique atento(a) aos valores implícitos e proteste em relação aos que você não aceita.

A Lua Aquariana e as Mulheres dos Estados Unidos: No capítulo passado, falamos da divisão de consciência entre os quatro planetas em Câncer, dos Estados Unidos, e nossa Lua Aquariana. A discrepância entre o que dizemos sobre as mulheres e o que realmente fazemos cria algumas tensões para a vida moderna. As mulheres são levadas a crer que a maternidade é o mais alto objetivo da mulher, mas quando devotada totalmente à maternação, ela é "apenas uma dona de casa". Quando as mulheres trabalham fora de casa, coisa que precisam fazer cada dia mais, ainda assim se espera que continuem a ser as perfeitas esposas, donas de casa e mães. Muitas mulheres são educadas para serem dependentes e submissas, e depois, são lançadas em situações como a da divorciada que cria

os filhos sozinha, situações em que precisam funcionar com independência. Existe uma enorme distância entre esse alto nível de expectativa e a falta de apoio que ajude as mulheres a atendê-lo. Os sistemas de sustentação com que outrora contávamos foram corroídos durante os trânsitos difíceis. Uma solução é criar nossos próprios sistemas de sustentação, não obstante qualquer outro sistema que nossa sociedade esteja preparada a fornecer.

Uma dado estatístico pertinente é o de que as mulheres estão duas vezes mais propensas que os homens a sofrerem de hipertensão arterial. Urano rege o sistema circulatório. Metafisicamente, a pressão alta e outros problemas circulatórios estão associados com o sentimento de restrição de nossa liberdade. A hipertensão é típica dos impotentes dentro da sociedade — a população negra também apresenta alta incidência da doença. À medida que prosseguirmos, veremos que as pressões sociais estão causando outros tipos de dano físico e emocional. Por exemplo, as mulheres compõem 2/3 da clientela dos ambulatórios de atendimento psiquiátrico.

Apesar de nossa suposta igualdade, as mulheres desempenharam um papel importante na economia dos Estados Unidos, graças ao trabalho gratuito ou mal remunerado que realizaram. (Aqueles planetas cancerianos caem na 2ª casa do mapa dos Estados Unidos.) As mulheres constituem 40% da força de trabalho, no entanto, recebem 20% a menos que os homens nos mesmos cargos. Nós ganhamos apenas 59 centavos de dólar para cada dólar que eles ganham.[2] As mulheres também são comercialmente exploradas por meio de um bombardeio publicitário que nos chantageia emocionalmente a ter aparência e cheiro melhores que aqueles que a natureza nos deu. A indústria de cosméticos é um negócio de bilhões de dólares, e são as mulheres que compram 90% dos produtos para emagrecer.

Aquário e a Desagregação da Família: A Era de Aquário foi marcada até agora por lares desfeitos, mães e pais solteiros e outras rupturas familiares. O trânsito lento por Câncer e Libra está em correlação com um

[2] Estatística realizada pelo *Predden'r Council of Economic Advisers*, em 1973, citado em Woman's Almanac (Nova York: Lippincott, 1976), p. 535.

estonteante aumento de divórcios. Era algo de que praticamente não se ouvir falar no começo do século, e que agora chega a 50% em muitas partes do país. Não se trata apenas de jovens recém-casados. Os índices de divórcio entre pessoas casadas há mais de 20 anos aumentaram 40% na última década.

Outro elemento de ruptura é nossa crescente mobilidade geográfica, que nos separa da cidade natal, dos pais, dos parentes e dos amigos. Nós nos transformamos numa nação de nômades — antes nascíamos, vivíamos e morríamos em nossa terra natal; agora nós nos mudamos 13 vezes durante a vida, ou de cinco em cinco anos. Cada mudança importante exige um grande ajuste, criando tensões emocionais e a perda de relações importantes. Em um novo ambiente, sentimo-nos isolados e privados da ajuda que as famílias extensivas facultavam outrora. O peso desse isolamento recai pesadamente sobre a mulher. Mais do que nunca, ela é a responsável pelos filhos, sem o apoio dos avós, tias, irmãs e outros membros da família.

A Lua no mapa dos Estados Unidos está na 10ª casa, mostrando que muitas mulheres, sem mais opção, acabam tendo a família a seu encargo — os maridos foram trabalhar, foram para a guerra, ou simplesmente se foram. A vida de uma mulher divorciada não é fácil, já que na maioria das vezes ela fica responsável pelo cuidado e sustento dos filhos. Um ano depois do divórcio, o padrão de vida da mulher caiu 73%, enquanto o do homem subiu 42%.[3] Apenas 14% das divorciadas têm garantida uma pensão alimentícia, e só a metade deste grupo recebe regularmente a pensão. O número de mulheres que são chefes de família aumentou 40% entre 1980 e 1990, e, de cada três, uma tem rendimentos abaixo da linha da pobreza.[4] Assim muitas mães divorciadas têm de optar por receber dinheiro da assistência social ou ir trabalhar, sendo que muitas carecem de habilitação ou falta-lhes experiência profissional recente. Os salários das mulheres são muito mais baixos que os dos homens, e no entanto 1/3 das mulheres que trabalham fora são o único arrimo de suas famílias.

Há outras razões para o crescente número de lares chefiados por mulheres. Como veremos alhures, os índices de mortalidade em todas as

[3] Information *Please Almanac,, Atlas, and Yearbook,* 48a. edição (Boston & Nova York Houghton Mifflin, 1995), p. 433.
[4] Ibid, p. 435.

faixas etárias são muito mais altos para os homens do que para as mulheres. No decorrer deste século, as guerras cumpriram seu papel no sentido de desequilibrar a proporção homem-mulher. Ademais, à medida que os costumes sexuais vão mudando e a gravidez já não é motivo obrigatório de casamento, o índice de nascimentos ilegítimos vem subindo drasticamente.

É enorme a pressão sobre as mulheres que criam sozinhas seus filhos, especialmente quando estão vivendo longe da família. Elas precisam trabalhar e ao mesmo tempo assumir inteira responsabilidade pela criação dos filhos. Os índices mais altos de suicídio de mulheres se registram durante o período de separação de seus maridos. Entre as viúvas, para cada seis tentativas, só uma fracassa. (Para a maioria da população, o número de tentativas malogradas de suicídio é muitas vezes mais alto que o de suicídios consumados.) Como chefes de família, as mulheres apresentam índices muito mais altos de admissão em instituições psiquiátricas que sua contrapartida masculina. Mulheres divorciadas e separadas estão muito mais propensas ao consumo solitário e intensivo de bebidas alcoólicas. Para homens e mulheres é igualmente doloroso a perda do cônjuge. Os índices de admissão em serviços psiquiátricos ambulatoriais é cinco vezes mais alto para pessoas separadas ou divorciadas do que para pessoas casadas.

A perda do cônjuge é uma crise emocional de grande envergadura. Como essas perdas já não são mais tão raras, é preciso criar sistemas de apoio. As mulheres precisam de especial atenção nesse tipo de crise. Urano rege o divórcio, mas também rege a independência, a liberdade e graus maiores de consciência. O divórcio pode ser dilacerante, em especial para a mulher que nunca esteve por sua própria conta. No entanto, constitui freqüentemente um momento de mudança em que ela se torna sujeito de si mesma, capaz de pensar por si mesma. As divorciadas de hoje já estão criando novos estilos de vida e novas formas de família informalmente ligadas aos amigos, o que amplia a individualidade e a liberdade de todos.

Urano e a Doença do Desapego: A Lua rege a maternação, a segurança e nosso senso de confiança básica. Durante os trânsitos de Urano por Câncer, Libra e Capricórnio, um número cada vez maior de crianças sofreu a

ruptura da continuidade familiar que as tornou inseguras e desconfiadas dos adultos. Além de o divórcio estar se tornando um estilo de vida, números cada vez maiores de mães são obrigadas a trabalhar fora enquanto as crianças são muito pequenas. Os esquemas de cuidado infantil podem ser intermitentes, com mudanças constantes de babá e de creche. Cada vez mais famílias estão sendo chefiadas por mulheres que trabalham fora e são forçadas ao cumprimento de uma dupla jornada — de mãe e pai, de mãe e trabalhadora — a quem já não sobra muita energia para suprir as necessidades dos filhos, e muito menos as próprias!

Selma Fraiberg, especialista em desenvolvimento infantil, acredita que rupturas dessa ordem podem ocasionar "doenças de desapego".

> A característica distintiva é a incapacidade da pessoa para formar ligações humanas. Há um sentimento quase imperceptível de espaço intermediário, de afastamento, de falta de conexão. A outra característica surpreendente é o escopo emocional empobrecido dessas pessoas. Não há alegria, nem tristeza, nem culpa, nem remorso, nem humor.[5]

Ela constata que essas pessoas têm um alto potencial para doenças mentais, violência, criminalidade e filhos ilegítimos que acabam indo pelo mesmo caminho.

Fraiberg afirma que o empobrecimento emocional cria um apetite por sensações intensas. Ela relaciona essa doença com explosões de violência ou brutalidade a sangue frio, perpetradas simplesmente para se ter a sensação de estar vivo. O entorpecimento cria uma intolerável tensão, na qual a pessoa vivencia o terror do não-ser. Drogas e violência abalam a sensação de apatia. Mesmo quando os resultados não são tão drásticos quanto estes, Fraiberg considera a vítima dessa doença uma pessoa vazia. Ela fica vagando pela vida, incapaz de relacionamentos íntimos ou duradouros, desprovida da faculdade de autoconsciência e indiferente à sociedade.

Embora o que ela descreva seja um caso extremo, números crescentes de crianças e jovens estão sofrendo a dissolução familiar e podem ter o potencial para formas abrandadas da doença do desapego. Às vezes, as circunstâncias de vida tornam inevitáveis as dissoluções familiares.

[5] Selma Fraiberg, *Every Child's* Birthright (Nova York. Basic Books, 1977), p.79.

Portanto, se você é divorciada ou separada, é importante pensar em termos preventivos. Um esforço consciente no sentido de satisfazer as necessidades emocionais de todos os envolvidos pode suavizar o golpe. Invista energia para conservar laços familiares, para manter envolvidos os dois genitores, em casos de divórcio, e para encontrar famílias substitutas em casos nos quais seja necessário o rompimento de laços sangüíneos. Não negligencie os avós do lado que não tem a custódia, por mais amarga que tenha sido a separação, pois eles têm muito amor para dar aos netos e podem fazer parte do sistema de apoio montado por você.

Urano e os jovens: Quantidades cada vez maiores de adolescentes estão sofrendo com os rompimentos familiares. Além de ser comum o divórcio, segundo o Censo, na média, antes dos 20 anos o jovem terá se mudado com sua família mais de três vezes. Os vínculos com os parentes e companheiros são freqüentemente rompidos, quando nos mudamos ou quando eles se mudam. Urano rege a adolescência e os grupos, e em muitas nações os jovens estão cada vez mais reagindo à desagregação da família e da sociedade unindo-se a seus pares. Quanto mais os jovens são lançados no grupo sem uma forte influência familiar, mais a pressão social é capaz de dirigir-lhes o comportamento. Os adolescentes alienados de hoje enfrentam poderosas pressões do grupo para beberem, fumarem, usarem drogas e praticarem sexo. Há um aumento correspondente de alcoolismo, dependência química e casos de gravidez.

A criminalidade e a violência entre os jovens também está subindo rapidamente — armas nas escolas são uma preocupação crescente. Grande parte do sucesso alcançado por gangues e cultos deve-se à necessidade sentida pelos jovens de terem uma família e um sentimento de pertinência. Gangues e seitas acenam com a promessa de uma atmosfera familiar e uma forte figura paterna. Os membros das gangues chamam uns aos outros de irmãos ou camaradinhas, para despertarem sentimentos de lealdade. As seitas procedem à lavagem cerebral usando táticas uranianas, como dissolver os laços com o passado e a família e privar de alimento o convertido.

Se a condição dos jovens de hoje nos assusta, é importante projetar a visão a longo prazo. Urano rege a adolescência e a individuação, portanto a adolescência é um estágio do desenvolvimento em que a pessoa

se torna um indivíduo separado, não do dependente da família. Somos mais rebeldes na adolescência do que na idade adulta. Os hippies e os radicais dos anos 60 formam hoje a sociedade estabelecida que desprezavam, porém com uma consciência social maior que a das gerações passadas. Os adolescentes de hoje podem evoluir para se tornarem um tipo especial de adulto — que tenha mais liberdade de pensar e seja mais independente que qualquer geração anterior. Dadas as condições sociais que se estão criando, a capacidade de existir sem fortes laços familiares pode ser fundamental no futuro. Os adolescentes de hoje pensam de modo diferente do nosso por serem menos enraizados no passado e mais orientados para o grupo. Com essas qualidades, talvez estejam mais capacitados que nós para achar soluções para os problemas que certamente irão enfrentar no século XXI.

Urano e a População Idosa: Câncer também rege a idade avançada. Os trânsitos de Urano refletem tanto o declínio econômico da população idosa quanto o crescente preconceito contra o envelhecimento em nossa cultura orientada para a juventude. Os idosos já não desfrutam do respeito que outrora tiveram. Eles são paternalizados, isolados e alienados. Juntamente com aqueles trânsitos difíceis, as condições de vida para os americanos idosos mudaram imensamente. Em 1900, a expectativa de vida era de apenas 47 anos, agora é de 71 anos. Os idosos talvez passem muitos daqueles anos a mais vivendo com pouca saúde e uma renda inalterada, numa era de inflação de dois dígitos. Por causa de nossa mobilidade nacional, eles já não têm mais família para cercá-los e apoiá-los. Em vez disso, freqüentemente se encontram segregados em comunidades de aposentados ou em condições de vida em grupo.

Urano, a Era de Aquário e a Uberdade Individual

Comenta-se que atravessamos uma era pós-feminista. A expressão tem um tom de novilíngua, um tom evocador do eufemismo que mascara a perda de nossos sonhos. Trata-se de um termo sociológico relacionado às mudanças do comportamento de massa, e nos desvia a atenção de nossos estresses e carências individuais. Possivelmente também nos encontramos

numa era pós-direitos civis, e, com proposições anti-gay nas eleições de diversos estados, estamos definitivamente numa fase pós-direitos dos homossexuais. Júpiter e Sagitário têm a ver com a lei, ao passo que Plutão tem a ver com o poder. Com o ingresso de Plutão em Sagitário em 1995-1996, é possível que muitos dos direitos arduamente conquistados durante os anos 60 se percam e até pior, a não ser que continuemos em alerta, atentos e ativos. A mim não convencem de que esse trânsito é o raiar de uma era iluminada e benignamente nova de reforma da lei. Deus queira que eu esteja equivocada.

Que consolação podemos obter em 1995, quando Urano também muda de signo e entra em Aquário pela primeira vez em 84 anos, e quando nós, indubitavelmente, entramos na era de Aquário? Urano significa liberdade e igualdade e rege Aquário, que ama a liberdade. O sinal gráfico para o signo de Aquário *é* ♒. Se Aquário rege a igualdade, podemos perguntar por que razão o glifo não é =. Isso me leva à conclusão de que ele lembra as ondas. A liberação progressiva das vítimas da desigualdade parece ocorrer em ondas, com a maré alta do protesto ativo seguida por marés mais baixas.

Essa é possivelmente a única rota segura para a liberação. Caso esta ocorresse da noite para o dia, sem um período de ajustamento, o estresse poderia ser insuportável. Nós não aceitamos prontamente a mudança, e já fomos empurrados até nosso limite pelas rápidas alterações nas áreas lunares e na da condição feminina. Um grau maior de liberdade e independência significa que devemos funcionar num nível mais alto do que se fôssemos dependentes. Se a maré fica baixa no momento presente, ela nos dá tempo para o ajuste à liberdade que já conquistamos.

Urano também rege a consciência, e esta é mais uma razão para os períodos de maré baixa. Nossas consciências necessitam de tempo para se elevarem a um novo nível, antes de podermos avançar. A metafísica nos ensina que nossos padrões de pensamento moldam nossa realidade, determinando as experiências a que daremos lugar em nossas vidas. Se não somos capazes de conceber mais igualdade para as mulheres e outros grupos, se a nossa convicção visceral é a de que somos desiguais, então a igualdade não logra acontecer.

O objetivo de manifestações como a campanha pelo voto feminino, pelos direitos civis ou pela liberação feminina é demonstrar uma nova

idéia. Quanto mais nossa cultura, como um todo, for incapaz de conceber uma idéia, mais vigorosas devem ser as manifestações promovidas. (Quanto mais alto se elevam as ondas, maior a perturbação na profundeza do oceano.) Os enérgicos protestos dos anos 60 e 70 iriam trazer um novo conceito do potencial feminino e das minorias. Depois que os primeiros vagalhões quebram na praia, a idéia vai sendo sedimentada por ondas cada vez menores — ela já não é tão chocante, porque a estamos assimilando.

Quando você tem uma idéia, mesmo sem partir imediatamente para a realização, não voltará a pensar da mesma maneira, porque sua consciência terá mudado. Talvez nem todos nós possamos nos encaminhar agora para a igualdade, mas o EXEMPLO ficará presente, para os que podem fazê-lo, e a IDÉIA também ficará para que outros a absorvam e ajam de acordo com ela durante as ondas posteriores. As idéias têm impacto, como as ondas quebrando na praia, e se as pessoas ouvirem as idéias de igualdade por tempo suficiente, a vaza retornará.

A verdade é que já percorremos um longo caminho neste século. No começo do século era quase inconcebível que uma mulher pusesse o tornozelo de fora, e menos ainda que tivesse seu próprio negócio. Este século produziu uma compreensão inteiramente nova das mulheres e de suas capacidades. Muitos homens e mulheres vivem agora estilos de vida que seriam inconcebíveis há 15 anos. Vista numa perspectiva a longo prazo, a educação universal da mulher só começou a poucos instantes, e o voto, a uma piscada de olhos. Até 1879, não era ilegal neste país um homem espancar sua mulher até à morte. Também somos líderes mundiais em liberação — as mulheres do Oriente Médio ainda estão forçadas à remoção do clitóris para não se transviarem de seus maridos. Na Índia, as meninas são geralmente consideradas um peso, e grandes quantidades delas são abandonadas, abortadas ou assassinadas. Talvez nós não tenhamos chegado até onde deveríamos, mas certamente já não estamos onde estávamos, e ainda continuamos a avançar. Nossa consciência ESTÁ se elevando, embora devagar. A Era de Aquário traz a promessa de continuarmos a avançar, embora vivenciemos as dores do crescimento nesta era de transição.

Uma época como a nossa só adquire sentido quando examinada numa perspectiva maior. Para entender porque estamos atravessando um tempo

de intenso trauma e perda, vamos examinar Urano e Aquário mais detidamente. Como observou Donald Bradley, Urano está relacionado ao processo de nascimento, e seu glifo, (♅) mostra de forma estilizada o bebê passando pelo canal cervical. O parto é um processo violento no qual o indivíduo é forçosamente expelido de um ambiente seguro, porém confinado, para um ambiente inseguro e desconhecido, mas que oferece maior liberdade.

Pela vida afora, especialmente durante os trânsitos de Urano, atravessamos muitos nascimentos, nos quais abandonamos a segurança e nos tornamos indivíduos mais separados. O psicólogo Erich Fromm chamou a esse processo individuação. Quando vamos para a escola, deixamos o útero familiar por algumas horas, todo dia. Quando saímos da casa paterna para viver por conta própria, deixamos para trás, de uma vez por todas, aquele útero. Urano rege o divórcio, e a mulher divorciada pode pela primeira vez ficar completamente por conta própria. Para muitas divorciadas, depois de feito o ajuste, ocorre o começo de um verdadeiro sentido do eu. Até mesmo a mobilidade geográfica tem seu lado positivo. Viajar nos traz expansão, e quando nos separamos de nossas raízes podemos alcançar mais desenvolvimento individual do que se ficássemos enterrados lá na fazenda.

A cada uma dessas separações, vivenciamos insegurança. Entretanto, uma vez dominada a nova situação, funcionamos mais independentemente que antes. O nascimento é um trauma; porém, se o bebê permanece no útero por tempo demasiado, morre. Se permanecemos tempo demais num ambiente seguro porém estagnado, paramos de crescer. Terminamos jogando fora o que nos alimentou — o cordão umbilical perde a utilidade dez minutos após o parto.

Nunca Mais Você Poderá Voltar para Casa

Talvez você não tenha sido muito afetada pelas mudanças que estamos discutindo e assim, esteja contente nas áreas lunares da vida. Ou, talvez por intermédio de trabalho e atenção diligente, tenha encontrado maneiras de manter equilibrado o hemisfério lunar. Quem sabe tem um bom casamento e uma família saudável e feliz. Talvez você esteja próximo(a)

de seus pais, irmãos, irmãs, e não só do ponto de vista emocional, mas também do geográfico. Talvez você se sinta realizado(a) como homem/ mulher, e também com seu trabalho. Nesse caso, considere-se abençoado(a), pois vive num mundo mais amável e agradável. Mas não suponha que sua sorte está assegurada.

As dificuldades são mais pronunciadas nas áreas urbanas, superpopulosas e de alta pressão, do que nas cidadezinhas lentas e sonolentas do interior. Os problemas são mais óbvios entre os pobres que entre os afluentes, mais pronunciados nas mulheres que nos homens. As pessoas que sofrem de disfunções lunares dolorosas, como problemas psiquiátricos, obesidade ou séria TPM, podem ser como os canários colocados no poço da mina de nossas coletividades. Seus pedidos de socorro podem alertar todos nós para algum problema lá das profundezas escuras.

A partir das estatísticas apresentadas aqui e nos capítulos vindouros, torna-se óbvio que muitas das velhas instituições lunares estão a caminho de extinção. Por mais que nos sintamos nostálgicos e queiramos deter as mudanças, nós não podemos recriar os velhos costumes. A meta será viver tão bem quanto pudermos durante essa era de transição, para não sofrermos um esgotamento e não nos convertermos também em dado estatístico.

Nós temos carências — não somos máquinas que se possa ligar e esperar que continuem funcionando a despeito de tudo. Aliás, nossas necessidades lunares são ainda maiores em épocas tão angustiantes e incertas. Dado o caráter abrasivo da vida urbana, talvez tenhamos uma necessidade até maior de ser abrigados e cuidados. Nossas necessidades são humanas e não há nada de errado com elas. Precisamos inventar maneiras de nos proteger e aprender as habilidades necessárias à conquista de mais independência.

Freqüentemente, a dependência é apenas uma questão de estar consciente. Fomos programados para crer que não podemos fazer certas coisas, e que precisamos de outros que as façam para nós. A maioria das mulheres poderia aprender num instante a trocar uma fechadura, consertar uma torneira que vaza ou administrar um estoque. A maioria dos homens poderia aprender a trocar uma fralda, organizar a roupa lavada, ou preparar uma gostosa refeição. Nossas consciências afirmam que não somos capazes de fazer isso e, desse modo, nos aprisionam em relações

de dependência. Na maior parte do tempo, realmente não necessitamos que os demais façam coisas para nós. Precisamos das pessoas para apoio emocional e para nos ensinar as habilidades que ainda não possuímos. À medida que nossas consciências forem mudando, ficaremos menos dependentes e nos relacionaremos de forma igualitária. Para sermos iguais, primeiramente devemos ser separados, e isso é o que está envolvido nesse período histórico freqüentemente angustiante.

A pressão de todas essas mudanças sociais, creio eu, terminará enfim criando uma nova raça independente. É bom especular sobre o resultado final de uma situação presentemente difícil. Como muitas mulheres vivem distantes da família e passam muitos anos sem ter um homem em que se apoiar, chegarão a um nível de funcionamento muito mais alto do que se a sociedade permanecesse a mesma. Simplesmente por não haver mais quem nos diga o que fazer, aprenderemos a pensar por nós mesmas e a fazer o que é melhor para nós, e seremos mais livres que quaisquer outras mulheres da História. Os homens, libertados de nossa dependência e forçados a atenderem suas próprias necessidades lunares, também terão a oportunidade de se relacionar com seu lado lunar. Na medida em que conseguirmos a integração das funções solares e lunares, poderemos evoluir para uma ordem superior de existência.

CAPÍTULO 4

LOUCURA LUNAR E ALTERAÇÕES DE HUMOR

Cada tópico deste livro está tão interligado a emoções que urna discussão separada sobre o assunto dificilmente parecerá necessária. Aqui, entretanto, veremos como a Lua, enquanto corpo celeste, afeta nossas emoções e como a Lua em trânsito, afeta o público. Descobriremos porque as mulheres chegaram, estatisticamente, a ter mais problemas psiquiátricos que os homens. Finalmente, examinaremos o signo lunar e a casa lunar que correspondem a você para ver o que conseguimos descobrir a seu respeito como ser emocional.

A Lua e as Alterações de Humor do Público

Você provavelmente percebeu que há épocas em que todas as pessoas a seu redor parecem estar num certo estado de espírito — talvez extrovertido e jovial. Poucas horas depois, há uma mudança de humor e as pessoas em toda parte parecem exasperadas. A Lua rege o público, portanto o signo e os aspectos lunares do presente refletem as nuances efetivas das massas naquele momento. Localizar os signos lunares em trânsito (como aprenderemos a fazer no capítulo 6), é um modo de entender as flutuações de humor do público. Se o mundo fosse mais consciente da profundidade com que a Lua nos afeta, a mídia transmitiria uma previsão do tempo emocional, baseada na trajetória diária desse astro. A Lua permanece em cada signo durante cerca de 2-1/2 dias e atravessa o zodíaco (e contorna o mapa de cada um de nós), em cerca de 29 dias. A posição da Lua atual ou em trânsito, em sua própria órbita, tem muito a ver também com as alterações de humor a que você está sujeito pessoalmente.

Há muito tempo o público associa a Lua cheia com as emoções, e se

sente incômodo com a aparição desta no céu. Os doentes mentais eram chamados *lunáticos.* Até 1880, os pacientes das instituições psiquiátricas inglesas eram chicoteados rotineiramente durante a Lua cheia, para evitar explosões de violência. (Essa forma de violência perpetrada durante a Lua cheia contra os pacientes, pelos membros da equipe, pelo visto era considerada perfeitamente saudável.) Na astrologia tradicional, as horas lunares do dia e a segunda-feira (dia da Lua) (em inglês, Monday/MOONday) estavam associadas ao emocional.

A ciência ridiculariza as velhas crenças sobre a Lua como se fossem superstição, mas a pesquisa moderna está provando que a Lua afeta fortemente nossas emoções. Os períodos de Lua cheia e Lua nova assinalam inquietação emocional, com índices de criminalidade mais altos e maiores quantidades de pessoas exigindo atendimento psiquiátrico de emergência. A Lua exerce um intenso empuxo gravitacional sobre o campo eletromagnético da Terra e sobre as marés. Como nossos corpos se compõem de 80% de água, a Lua pode ter um efeito tão intenso sobre o corpo humano quanto tem sobre a Terra. Em *The Lunar Effect*, Lieber fala sobre *marés biológicas*, que são mais altas durante as Luas nova e cheia. Ele não acredita que essas marés causem explosões emocionais, mas podem fazê-las detonar em indivíduos predispostos a tal comportamento. Aqueles que estão reprimindo suas funções lunares ou não se relacionam com seu hemisfério lunar estariam especialmente suscetíveis.

> Não é exato declarar que a Lua provoca loucura e criminalidade, mas é rigorosamente correto dizer que a repressão das influências lunares e daquilo que a Lua representa é o que ocasiona tensão social, desarmonia e resultados lamentáveis, freqüentemente esquisitos.[1]

São interessantes as conexões entre a Lua, a água e as emoções. Os signos de água — Câncer, Peixes e Escorpião — são altamente emotivos. De acordo com o que Lieber descobriu, o ensino metafísico de que a água simboliza as emoções é literalmente verdadeiro, pelo modo como a água de nossos corpos funciona em nossas emoções. Chorar é uma reação emocional, freqüentemente causada por perdas e os resfriados são bem

[1] Arnold Lieber e Jerome Agel, *The Lunar Effect* (Nova York. Anchor Press, 1978), p. 107.

reconhecidos como lágrimas que deixamos de verter. A lágrima é considerada feminina porque os homens não choram, exceto sob circunstâncias mais extremas. Os homens ficam avassalados pelas lágrimas femininas pois imaginam que a mulher deve estar sentindo uma intensa dor, como seria a deles se estivessem chorando.

A retenção de líquido parece extremamente relacionada às emoções. A emotividade maior da mulher tem sido associada ao fato de certas fases do ciclo mensal nos tornarem mais propensas à retenção de água. Esta retenção é também um correlato fisiológico da depressão profunda.[2] (Sempre que a retenção de água for um problema, reduzir a ingestão de sódio pode ajudar muito, como também pode a ingestão de alimentos e ervas como aspargos, aipo, cabelos de milho, folhas de dente-de-leão e de salsa).

A força gravitacional da Lua também afeta o campo eletromagnético da Terra, com picos ou quedas que ocorrem de forma imprevisível durante as Luas cheia e nova. Mudanças nesses campos aparentemente afetam de forma intensa o setor emocional. O Dr. Leonard Ravitz, psiquiatra, descobriu que perturbações do campo eletromagnético correspondiam à doença mental, ao passo que o retorno a um estado normal anunciava um retorno ao equilíbrio mental.[3] A Lua talvez não perturbe tão intensamente o campo eletromagnético do indivíduo comum, mas ela pode produzir mudanças sutis que alteram nosso humor.

Poucos de nós são tão afetados pela Lua cheia ou nova a ponto de chegar ao suicídio ou a agressão física. A maioria de nós fica um tanto perturbada, no mínimo, por ter de lidar com os lunáticos a seu redor. Lieber afirma que se reprimirmos e ignorarmos o vital hemisfério lunar, alcançaremos um equilíbrio precário, sujeito a ser desestabilizado pelas fases da Lua. Meditações da Lua cheia e técnicas apresentadas em vários capítulos nos ajudam a explorar partes enterradas de nós mesmos para recuperarmos o equilíbrio.

Freqüentemente, o que aflora durante as Luas cheia e nova são nossos sentimentos REAIS, possivelmente exagerados porque os reprimimos. Se por acaso na ocasião estivermos na fase pré-menstrual, teremos de encarar o que está nos perturbando, a não ser que nos empanturremos ou nos

[2] Edmund Van Deusen, *Astrogenetics* (Nova York: Pocket Book, 1977), p. 199.

[3] Descrito em Arnold Lieber e Jerona Agel em *The Lunar Effect* (Nova York: Anchor Press, 1978), p. 58.

narcotizemos de alguma outra forma. Nem a Lua cheia nem o ciclo menstrual são responsáveis por nossos dissabores. Tanto a Lua nova quanto a cheia nos dá a oportunidade de encarar nossas verdadeiras reações. A confrontação dolorosa é estímulo para elaboração da consciência emocional.

A Lua também pode afetar nosso humor indiretamente, pelos efeitos sobre o clima, que foram cientificamente documentados. (Você já notou que quando chove num dia específico da semana, voltará a chover naquele dia durante mais três semanas? Isso está correlacionado com a força gravitacional das fases da Lua.) O clima afeta até certo ponto todos os nossos estados de espírito; por exemplo, um dia nublado produz uma espécie de nublação no público em geral. Alguns de nós são mais sensíveis ao clima, principalmente os tipos lunares.

Tendo recebido recentemente uma classificação psiquiátrica, o distúrbio afetivo sazonal, ou SAD, afeta muitas pessoas no inverno quando se reduz a luz do Sol — mas aumenta à luz da Lua! Essas pessoas ficam deprimidas e letárgicas durante o inverno, dormindo por muitas horas. Elas não reagem muito à medicação psicotrópica, mas vão melhorando à medida que os dias ficam mais longos, na primavera e no verão. Dependendo do estudo consultado, as mulheres ficam de 3-5 vezes mais seriamente afetadas do que homens, principalmente na fase pré-menstrual. Esta é mais uma razão de as mulheres serem mais propensas a oscilações de humor. As pessoas com maior probabilidade de sofrerem de SAD têm uma história familiar de séria depressão. (Esse tipo hereditário de depressão freqüentemente se evidencia no mapa de nascimento, com aspectos de Saturno na Lua.) Outro grupo potencialmente sujeito a ser afetado são os notívagos, que normalmente ficam acordados até mais tarde e têm dificuldades para acordar no dia seguinte.[4]

Você irá ser informada sobre os remédios florais no próximo capítulo. Para futura referência, diversos remédios, da Alaskan Flower Essence Project, podem ajudar a combater a melancolia de inverno — **Solstice Sun, Sunflower e Orange Calcite**. Segundo Jane Bell, uma das diretoras da empresa, as pessoas se relacionarão melhor com as longas noites de inverno se permitirem que seus corpos estabeleçam o próprio ritmo. Durma até mais tarde, coma um pouco mais e deixe o hemisfério direito

[4] Robert N. Moreines, M. D., *Light* up Your *Blues* (Nova York. Berkley Books, 1989), pp. 12-14.

(hemisfério lunar) assumir o comando, concedendo a si mesmo(a) mais tempo para ficar de lua, meditar e fazer trabalhos criativos. As pessoas que se forçam a viver dentro de um horário rígido e exigente são mais atacadas pela depressão. É o bom conselho que vem do Alasca, onde no inverno a luz é mais escassa do que você gostaria de descobrir!

Os Trânsitos de Planetas Exteriores

Os trânsitos de planetas exteriores estiveram ligados ao aumento do estresse emocional, à medida que a sustentação lunar foi sofrendo erosão. Os índices de enfermidades emocionais, suicídio e criminalidade estão aumentando. Estivemos discutindo as expectativas conflituosas e freqüentemente impossíveis que as mulheres encaram, e a escassez de apoio quando tentamos fazer frente a essas expectativas. Como você verá na seção intitulada "As Mulheres como Lunáticas", mais mulheres estão sucumbindo a esse esforço.

Se temos sentimentos, comenta-se que alguma coisa está ERRADA conosco. Somos consideradas fracas, irracionais e "femininas" se nos queixamos dos laços desfeitos devido à mobilidade geográfica; se ficamos irritadas com nossa impotência; ou angustiadas com os trabalhos em que sofremos alta pressão. De nós se espera equanimidade frente a tais condições, espera-se que as racionalizemos para que não nos perturbem. Se você não consegue se enquadrar (isto é, se suas emoções incomodam os outros), dizem-lhe que necessita de tranqüilizantes ou, em casos extremos, de um pouco de terapia. Você só consegue reprimir os sentimentos até o momento em que explode ou sofre um esgotamento nervoso. Há ainda outra conseqüência — podem ocorrer doenças psicossomáticas quando os sentimentos não expressos vão causando lesões a nossos corpos. A doença do câncer, por exemplo, tem sido associada a emoções reprimidas. Uma causa que contribui para a Síndrome de Fadiga Crônica pode ser o estresse prolongado. Nessas situações, participar de uma oficina para redução de estresse e aprender técnicas de relaxamento ou de respiração profunda podem ajudar a romper o ciclo.

O que é recalcado transforma-se em obsessão, e os trânsitos dos planetas exteriores estiveram correlacionados ao crescimento da psicologia e

da psicoterapia. Entre 1910 e 1920, quando Netuno, e depois Plutão, estavam atravessando o signo de Câncer, Freud estava elaborando suas teorias sobre o inconsciente e a origem infantil das neuroses. A era de Plutão em Câncer foi a cabeça-de-ponte da psicanálise e os trânsitos ocorridos desde essa época tornaram o inconsciente uma preocupação. Depois de cairmos no desapego excessivo, voltamos o intelecto para o estudo dos sentimentos, criando departamentos de psicanálise em universidades do mundo inteiro.

É um clichê psicanalítico a idéia de que formamos "relações de transferência" com nossos terapeutas — ou seja, que eles passam a representar mãe e pai para nós. Mas, que espécie de pais são os terapeutas? Normalmente são desapegados, racionais e pouco demonstrativos. Eles têm por meta nos informar sobre os sentimentos; no entanto são forçados, por tradição, a não mostrar nem um pouco de si mesmos. O sistema de consulta com hora marcada é o equivalente ao hábito de comer em horário certo, e não quando se tem fome. (As novas terapias transpessoais, por sorte, nem sempre se enquadram no modelo.)

Sem dúvida o movimento de auto-ajuda é parcialmente uma resposta ao distanciamento e desapego da terapia tradicional. O movimento está em constante crescimento e há grupos de auto-ajuda para todos os tipos de problemas imagináveis. Em praticamente todas as livrarias há prateleiras desses livros, e centenas de artigos aparecem todos os meses (principalmente nas revistas femininas). Os programas de entrevistas na tevê e os de conversas radiofónicas com o ouvinte se tornaram uma espécie de psicoterapia leiga para exibicionistas. Alijados pela frieza dos especialistas, estamos aprendendo a pensar por conta própria, a escolher as idéias que nos ajudam e a jogar o resto no lixo. (Os Estados Unidos, com sua Lua Aquariana, estão na vanguarda do movimento.)

Muita gente considera a astrologia uma potente ferramenta de auto-ajuda que dá nova perspectiva e percepção do emocional e do comportamento. A astrologia pode ajudar você a crescer, porque ela identifica respostas emocionais habituais que podem ser autodestrutivas. Na análise do mapa, você pode focalizar uma questão por vez, como, por exemplo, o parceiro. Fazer o levantamento dos trânsitos pode colocar na perspectiva devida uma crise emocional. (O capítulo 15 discutirá os trânsitos da Lua natal.)

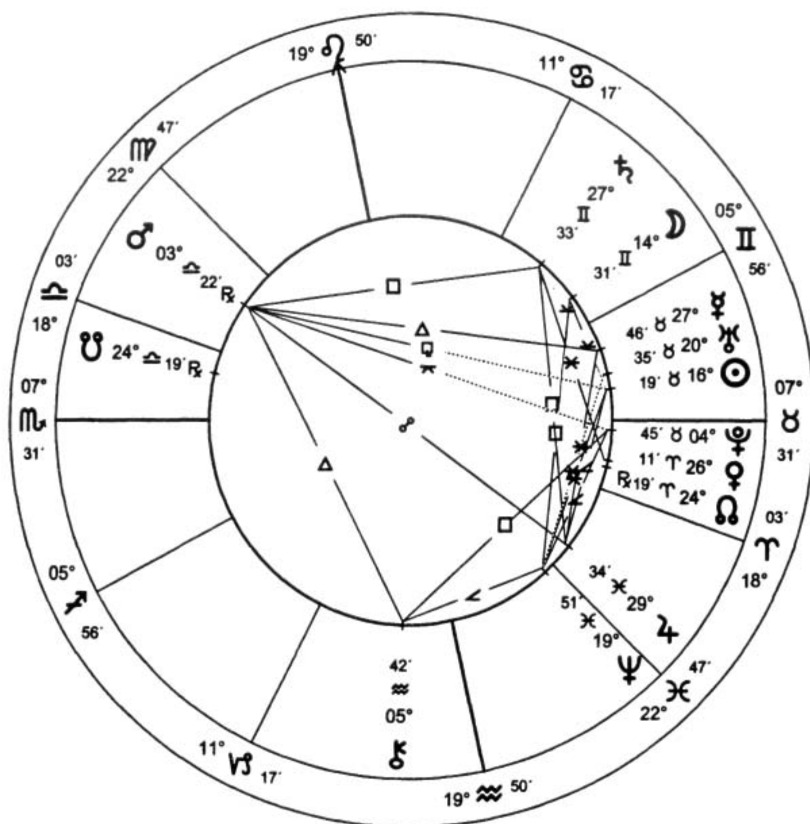
As Mulheres como Lunáticas

Estereótipos de Papel Sexual e Saúde Mental: Nós falamos dos efeitos nocivos dos rígidos estereótipos de papel sexual que simbolicamente relegam o homem a Marte e as mulheres à Lua. Um dos focos abordados aqui será o dano sofrido pelas mulheres, já que a cultura confina seus caminhos de expressão a modalidades predominantemente lunares. A Lua rege as emoções e as mulheres, mais freqüentemente que os homens, demonstram perturbações emocionais em resposta ao estresse da vida na América moderna. Em muitos estudos, as mulheres constituem 2/3 dos adultos usuários dos serviços psiquiátricos ambulatoriais e cerca de 60% dos pacientes psiquiátricos hospitalizados. Nem sempre as coisas foram assim. Os últimos 30 anos trouxeram um aumento súbito e agudo no número de mulheres que procuram ajuda psiquiátrica. Estamos mais cônscias que antes quanto aos desajustes do papel, e procuramos na terapia ou nos comprimidos um paliativo para esses males sociais.

Os próprios papéis e traços identificados com a feminilidade trabalham contra nossa eficácia como seres humanos. Em diversos estudos foram identificados os traços associados à masculinidade e à feminilidade, chegando-se a um alto índice de consenso, partindo de variados tipos de pessoas. Esses mesmos traços foram então avaliados como saudáveis ou neuróticos, sem referência a gênero, por outros participantes do mesmo grupo. De 15 traços associados com a masculinidade, os participantes qualificaram 10 como mentalmente saudáveis, ao passo que 10 de 15 traços associados com a feminilidade foram caracterizados como doentios. Se nos ajustarmos ao estereótipo feminino para o qual fomos treinadas, não estaremos sendo adultas saudáveis.

Mulheres em Terapia: O próprio Sigmund Freud considerava as mulheres como inerentemente mais doentes que os homens. Ele advertia a seus seguidores que não prestassem atenção às feministas da era freudiana:

> Para as mulheres, o nível do que é eticamente normal difere daquilo do que é para os homens. Não nos devemos permitir ser desviados dessas conclusões pelas negações de feministas ansiosas para nos forçar a considerar os dois sexos como completamente iguais em posição e valor.



Mapa 2. O horóscopo de Sigmund Freud, nascido a 6 de maio de 1856, às 18:30 horas LMT em Pribor, República Tcheca. Informação extraída do diário do pai. Utilizadas aqui as casas de Placidus. (*Fonte: o diário paterno, citado por Phillip Lucas, em* Mercury Hour, *1979. Cortesia de Lois Rodden, AstroData II. San Diego: Astro-Computing Service, 1980*).

Enfurecida por essa depreciação, busquei uma vingança de astróloga e examinei o mapa de Freud, que está reproduzido no gráfico 2. Os problemas de Freud com as mulheres ficam patenteados por sua Lua em Gêmeos na 8ª casa em quadratura com Netuno na 4ª casa. Haja complexo de Édipo! A compreensão que ele tinha das mulheres e do emocional ficava limitada pela desautorização de seu lado lunar. Não farei aqui uma análise do mapa de Freud, mas os estudantes interessados podem ao menos examinar suas descrições lunares nas várias seções do signo lunar.

Se nós mulheres ficamos descontentes com os papéis lunares, especialistas masculinos nos rotulam de neuróticas e desajustadas. Se mostramos excessiva energia de Marte, somos consideradas castradoras. Ao escolher um terapeuta, esteja plenamente cônscia da orientação dele, ou dela, em relação às mulheres, já que um objetivo não-declarado pode ser encaixar você de novo no molde lunar. Perigo — a saúde mental pode ser prejudicial à sua saúde mental! As altas cifras de mulheres em tratamento podem ser um reflexo do modo simbiótico como nos educam e da falta de sustentação a nossas necessidades lunares. Somos especialmente vulneráveis a perturbações por ocasião dos diversos limiares lunares que estaremos discutindo, como a puberdade, a gravidez e a menopausa. Nos momentos em que mais necessitamos de nossos sistemas de sustentação lunar— mãe, irmãs, tias e amigas — podemos ter sido espoliadas deles em razão de um aumento da mobilidade geográfica.

Também nos criam na convicção de que não somos capazes de existir sem mãe ou sem uma substituta desta, de modo que somos lançadas no desespero quando os vínculos se rompem por morte, divórcio ou distância geográfica. Podemos ficar deprimidas com as perdas e procurar um sucedâneo na pessoa do terapeuta. Já que condição para se manter a relação terapêutica é continuar doente, pode ser que nos agarremos a padrões negativos, como resistência à recuperação. Podemos nos converter em viciadas em terapia, incapazes de viver sem nossa dose semanal No entanto, a eficácia da terapia não depende da duração que tenha — o máximo impacto e crescimento podem surgir nos primeiros meses. Se você vem fazendo terapia há um tempo considerável e não vê um significativo crescimento recente, estabeleça novos objetivos concretos, ou experimente alguma nova forma de terapia. Por exemplo, pode ser oportuno mudar para um trabalho em grupo ou trabalho corporal.

Outra razão para o predomínio de mulheres em hospitais mentais, asilos e outras instituições é a incapacidade dos homens, ou a falta de vontade deles, para desempenharem, também, os papéis lunares. Para muitos, a dificuldade em lidar com a própria dependência é tanta que têm dificuldade em lidar com a dependência das mulheres.

Quando a mulher de sua vida exige cuidado e já não pode mais cuidar dele, um homem pode reagir com uma hostilidade aberta ou encoberta, muitas vezes rejeitando ou abandonando a mulher. O homem que está

incapacitado por depressão, alcoolismo ou outros problemas emocionais provavelmente será cuidado em casa pela esposa. Quando a mulher fica incapacitada, o marido provavelmente irá interná-la no hospital.

O inchaço das estatísticas também pode representar uma vingança contra a mulher que não quer entrar na linha. As mulheres que recebem atestado de insanidade mental, segundo a clássica e perturbadora obra de Phyllis Chesler, *Women and Madness* [Mulheres e Loucura], ou estão sendo agressivas, ou já não são capazes de funcionar em seu papel de protetoras. Em termos astrológicos, ser agressiva é um problema de Marte, e ser incapaz de cuidar, e proteger, é um problema da Lua. Se você for excessivamente Marte (mostrar raiva) ou excessivamente Lua (emotiva demais), diz-se que está sofrendo de esgotamento nervoso e você é isolada. Eles tratam de embotá-la com drogas, para que não sinta nada, e assim possa reassumir suas funções lunares e não balançar o barco.

Mulheres e Depressão: Dependendo do estudo examinado, o número de mulheres com diagnóstico de depressão é entre duas e seis vezes maior que o de homens. Os papéis passivo-dependentes que nos ensinam dificultam nossa mobilização para mudar situações que nos infelicitam segundo *The Book of Hope* [O Livro da Esperança]:

> Entre as mulheres as raízes culturais da depressão estão centradas na impotência aprendida e na posição de auto-anulação. São essas raízes culturais que geram o conflito vivenciado agora pelas mulheres ao lutarem para mudar os papéis que lhes destinam e para perceber e afirmar suas próprias necessidades.[5]

Uma fonte muito feminina de depressão é a raiva introjetada, conseqüência de se ter reprimido Marte. Vimos que a melancolia pré-menstrual surge da raiva invertida, e a depressão profunda tem origem semelhante. As mulheres iradas (Marte), encaram forte pressão para retornarem ao rebanho lunar, sendo chamadas de machonas, ou até sofrendo retaliação física. Sem poder expressar nossa raiva em segurança, nós a voltamos para dentro. A depressão é uma saída mais segura, saída que atrai mais simpatia e aprovação social. Ela é mais "feminina".

[5] Helen A. DeRosis, M.D., e Victoria Y. Peliigrino, *The Book of Hope* (Nova York: Maemillan, 1976), p.3.

A mais extremada expressão de raiva jogada para dentro é o suicídio. As mulheres fazem três vezes mais tentativas de suicídio que os homens.[6] Outro fator de depressão é a adoção de padrões inatingíveis de perfeição, a que se soma a descrença na própria capacidade de atingi-los. Trabalhar em tempo integral e lutar com as complexas exigências da vida moderna não alteraram a exigência de que sejamos "mulheres perfeitas". A incapacidade de viver esses padrões faz baixar a auto-estima e nos deixa mais propensas à depressão.

Mulheres e Psicotrópicos: Outra resposta autodestrutiva à raiva, ou à depressão resultante dela, é o abuso de bebidas alcoólicas, tranqüilizantes, cigarros, comida ou outras substâncias que alterem o humor. A narcotização é uma reação comum de pessoas que têm relativamente pouco poder na sociedade. A bebida alcoólica foi usada conscientemente para domar e emascular os indo-americanos e os afro-americanos, dando como resultado altos índices de alcoolismo e de consumo de drogas que continuam até nossos dias. Os médicos de hoje receitam às mulheres, em abundância, medicamentos como Prozac, para amortecer-lhes a raiva e a insatisfação.

De forma consistente, nos últimos 20 anos, estudos realizados em pesquisa demonstraram que quando homens e mulheres vão ao médico com um mesmo sintoma, as mulheres têm uma probabilidade muito maior de receber receitas de psicotrópicos. Conforme detalhado num livro perturbador sobre as mulheres e a medicina, *Outrageous Practices*, as mulheres que abusam de medicação receitada são o triplo dos homens na mesma situação, e os médicos prescrevem para as mulheres 83% dos antidepressivos e acima de 70% dos psicotrópicos. Um fator complicador na propensão dos médicos a narcotizarem as mulheres é que os estudos de níveis de dosagem segura da maioria das medicações são realizadas exclusivamente com homens. As mulheres são excluídas rotineiramente sob a alegação de que nosso quadro hormonal irá contaminar os resultados. Entretanto, é exatamente por causa das interações das medicações com nossos hormônios que os níveis de dosagens seguras precisam ser testados nas mulheres. A estrutura física do homem, em geral maior, e a

[6] Por utilizarem métodos mais ativos, os homens são mais "bem-sucedidos" no suicídio do que as mulheres, mas os índices de "sucesso" das mulheres estão subindo abruptamente.

ausência desses hormônios significam que a dosagem recomendada pode ser forte demais para nós, criando um risco substancial de superdosagem ou de efeitos colaterais nocivos. De inúmeras reações fatais à medicação, as mulheres apresentam o dobro dos homens e, no caso dos psicotrópicos, há um índice 17 vezes mais alto de risco de enfarte fatal.[7]

As mulheres, além disso, usam a comida para se narcotizarem, o que torna os distúrbios alimentares um problema principalmente feminino. Hoje em dia, elas bebem tanto quanto os homens e os índices de alcoolismo entre mulheres estão subindo. As mulheres de hoje também fumam tanto quanto os homens, e nos adolescentes há mais moças que rapazes entre os fumantes. Em épocas anteriores, fumar e beber era socialmente inaceitável para as mulheres, e até hoje o estigma social do alcoolismo feminino é muito maior do que o masculino. Portanto, as mulheres que têm problemas com alcoolismo irão mais provavelmente esconder o vício do que buscar tratamento. Eis aqui outra instância em que os homens não conseguem lidar com nossa incapacitação. As estatísticas mostram que a maioria dos homens abandona suas esposas alcoólatras, enquanto a maioria das mulheres fica ao lado do marido alcoólatra.[8]

Diferenças Entre Homens e Mulheres: Há algumas diferenças sexuais na expressão emocional — a maioria delas causada pela diferença no modo como somos criados, mas algumas provavelmente inatas. Estudos psicológicos mostram que as garotas são muito mais reativas que os rapazes às emoções de terceiros, e em especial às de suas mães. Signe Hammer assinala as conseqüências dessa sensibilidade mais aguçada:

> As emoções da mãe exercem um forte efeito sobre a filha, e são parte da cola que liga a filha à mãe. As criancinhas tendem a relacionar a si mesmas tudo o que acontece, e quando a mãe explode em raiva ou gritos, a garotinha se julga responsável.[9]

[7] Escrito por Leslie Laurence e Beth Weinhouse, *Outrageour Practices* deveria ser leitura obrigatória para todas as mulheres obrigada. a interagir com a classe médica. (Nova York: Fawcett Columbine, 1999). Ver p. 276.

[8] Estatísticas de fontes diversas, inclusive da Secretaria de Saúde, Educação e Bem-estar; do Instituto Nacional de Dependência Química; e do U.S. Tobacco Journal.

[9] Signe Hammer, *Daughters and Mothers / Mothers and Daughters* (Nova York. Signe, 1975), p.36.

O processo de identificação é mais uma razão para as respostas emocionais das mulheres serem também mais moldadas por suas mães. Finalmente, por causa da co-dependência, quando nossos sentimentos não despertam a aprovação de nossas mães, nós também somos mais ameaçadas pela retirada do amor.

Nas culturas ocidentais, "homens de verdade" não devem chorar nem revelar sua vulnerabilidade, assim, eles podem mascarar essas reações com agressividade ou uma indiferença cultivada. Por outro lado, as mulheres que mostram sua raiva ou força são com freqüência levadas a se envergonhar desses sentimentos, ou são banidas por causa deles. Em compensação, elas recebem recompensas pelo desamparo, pelas lágrimas, ou docilidade. Embora esses estereótipos estejam mudando, freqüentemente recebemos mensagens desconexas. Encorajamos os homens a serem sensíveis aos próprios sentimentos — mas os que o são podem ser vistos como fracos por homens e mulheres.

Se você vem achando unilateral essa apresentação, e crê que os homens com certeza, dadas as pressões de nossa sociedade, devem sofrer igualmente de problemas emocionais, você está certa. No entanto, graças a pressões no sentido de serem marcianamente orientados, os homens manifestam o estresse emocional de modos mais extrovertidos, como o comportamento agressivo. Crimes violentos, que perfazem quatro de cada cinco crimes cometidos pelos homens, não são registrados nas estatísticas de saúde mental, embora devessem sê-lo. Para os homens é terrivelmente prejudicial o confinamento exclusivo aos traços de Marte (competitividade, ação e agressividade). Muitos homens respondem ao estresse de maneira agressiva e marciana, sendo atraídos para o crime, a violência ou os acidentes. Até no suicídio eles elegem formas mais ativas que as mulheres — tiro de revólver ou salto da ponte. As mulheres escolhem caminhos mais passivos, como superdosagem de comprimidos. Assim, embora a próxima seção referente aos signos e emoções da Lua seja aplicável a ambos os sexos, os homens diferem na expressão de seus signos e emoções lunares. No capítulo 13, veremos como os signos lunares influenciam nos homens os estereótipos de papel sexual, a expressão emocional e outras questões lunares.

A Que Tipo de Lunático(a) Você Pertence?

Sua Lua mostra muitas facetas de sua natureza. Ela mostra o tom emocional de sua primeira infância, principalmente o modo como sua mãe lidava com as reações dela e com as suas. Mostra como você reage numa crise. Para aqueles versados em astrologia, a tabela 5 (abaixo), mostra como os aspectos e as casas lunares também podem afetar nosso comportamento emocional Eu usei um sistema de correlações baseado nos ensinamentos do Dr. Zipporah Dobyn, com algumas modificações sugeridas por minha experiência ao longo dos anos. Por exemplo, quando a Lua está na Ia casa, eu não a vejo especificamente como uma Lua em Áries. Em vez disso, principalmente quando está a 10° do Ascendente, vejo-a mais como um Ascendente Câncer. Dependendo do signo lunar, ela pode ser ainda mais lunar que o Ascendente Câncer, caracterizando-se como um tipo lunar adicional.

TABELA 5. CORRESPONDÊNCIAS ENTRE SIGNOS LUNARES, CASAS E ASPECTOS

SIGNO LUNAR	SIMILAR A ASPECTOS ENTRE	POSIÇÃO DA CASA
Áries	Lua e Marte	Nenhuma
Touro	Não difícil	Segunda
Gêmeos	Lua e Mercúrio	Terceira
Câncer	(Dupla energia lunar)	Quarta
Leão	Nenhum	Quinta
Virgem	Lua e Mercúrio, um pouco	Sexta
Libra	Lua e Vênus	Sétima
Escorpião	Lua e Plutão	Oitava
Sagitário	Lua e Júpiter	Nona
Capricórnio	Lua e Saturno	Décima, Meio-Céu
Aquário	Lua e Urano	Décima primeira
Peixes	Lua e Netuno	Décima segunda

Os principais aspectos da Lua freqüentemente se assemelham mais ao signo do que o próprio signo. Os aspectos Lua-Netuno podem se parecer com Peixes intensificado; aspectos Lua-Plutão podem superar em

intensidade a Lua em Escorpião a qualquer hora. Portanto, se você tem uma conjunção Lua-Netuno em Libra, talvez descubra que se identifica mais com as leituras da Lua em Peixes. Se você tem a Lua em Leão em conjunção com Plutão, então confira as leituras de Escorpião para saber por que não se sente perpetuamente ensolarada.

As posições das casas não correspondem necessariamente aos traços de personalidade do signo lunar, mas questões cruciais daquele signo também são questões importantes para aquela posição de casa. Por exemplo, segurança financeira é importante para quem tem Lua em Touro e é geralmente crucial para a pessoa que tem a Lua na 2ª casa. Dependendo do signo, entretanto, a Lua na 2ª casa pode não compartilhar o velho e estável bom-senso financeiro que vemos na Lua em Touro. Só para entender como funciona a posição das casas, vamos agora neste capítulo examinar separadamente essas posições. Em capítulos vindouros, porém, elas serão combinadas com seus equivalentes de planeta e signo.

Com o auxílio da tabela, faça uma lista das correspondências que se aplicam a você e deixe dentro do livro. Nas leituras que se seguem, iremos repetir essas correlações com referência aos signos lunares, para que você veja como usar a lista. Em outros capítulos em que aparecem leituras do signo lunar, consulte as leituras adicionais que se aplicam a você, conforme consta aqui.

Lua em Áries: (aspectos Lua-Marte) Essa pessoa foi ensinada a assumir uma negação masculina das emoções. Nenhum dos pais acreditava em ficar chorando por causa da situação. Surgindo uma crise, a reação é partir para a ação. Mesmo que seja uma ação precipitada, capaz de complicar ainda mais as coisas. Áries também tende a não finalizar as coisas, e isso freqüentemente acontece quando os sentimentos estão demasiado mobilizados pelo projeto ou pelos colaboradores.

Outra defesa da Lua ariana é agressividade ou pavio curto. Raiva e irritabilidade freqüentemente mascaram sentimentos menos bem-recebidos. Sentimentos de inadequação podem fazer com que a pessoa de Lua em Áries se torne competitiva ou então abandone a tarefa como indigna de esforço. Igualmente, a tendência de Áries para a conquista sexual pode acobertar a raiva, a ansiedade, o medo da proximidade ou dependência.

A dependência é particularmente difícil de aceitar para o indivíduo de Lua em Áries. Freqüentemente, os pais eram abertamente hostis quando a criança mostrava fraqueza. Logo, quando o indivíduo está carente, pode apoiar-se em qualquer uma das defesas descritas acima. As mulheres que têm essa Lua podem sentir-se inadequadas ao papel feminino tradicional, convencendo-se de que é melhor ser um homem. Elas talvez sejam ferozmente auto-suficientes, como defesa de seus próprios sentimentos mais delicados.

Lua em Touro: A não ser que haja aspectos difíceis para essa Lua, como uma quadratura em Plutão, ou Urano em Leão, ou uma oposição de Netuno em Escorpião, o ambiente doméstico primitivo tendia a ser bastante sereno. A mãe era bem equilibrada e capaz de lidar de modo firme com a crise. A pessoa que tem essa Lua, portanto, não fica descentrada facilmente. Como o Touro que simboliza o signo, entretanto, o indivíduo pode ser extremamente teimoso, especialmente se convocado a se ajustar a mudanças de última hora. É importante que ele/ela tenha tempo de ruminar os sentimentos, exatamente como a vaca rumina a ração. No acelerado mundo atual, quem tem a Lua em Touro, pode reagir a pressões como reage o Touro enfurecido, quando as áreas lunares como segurança, vida doméstica ou filhos estão sob ameaça. A Lua taurina também enfrenta a insegurança da vida moderna acumulando posses materiais.

Lua em Gêmeos: (aspectos Lua-Mercúrio) O ambiente doméstico primitivo ofereceu estimulação mental e colocou grande valor na comunicação. O humor era ao mesmo tempo um talento e uma defesa contra os sentimentos menos agradáveis. A criança era recompensada pelo desempenho intelectual e desencorajada a apresentar reações puramente emocionais. A mãe pode ter respondido a explosões emocionais tentando chamar a criança à razão, para provar que a reação não era lógica. Havia uma suspensão flagrante ou velada do afeto, a não ser que a criança permanecesse bem-humorada.

Uma defesa de Gêmeos seria fazer palhaçada em situações emocionalmente carregadas. É certo que o humor é uma maneira saudável de lidar com as emoções, mas quando tal reação é compulsiva, converte-se numa fuga. A reação primária de Gêmeos a uma crise é racionalizar tudo

e fazer a escolha mais lógica, em vez de levar em consideração os sentimentos.

Lua em Câncer: Essa colocação mostra um apego extremamente forte à mãe. Uma pessoa muito emotiva, suas explosões podem ter sido avassaladoras para a criança. A pessoa de Lua em Câncer tende a se agarrar às emoções e a levá-las muito a sério. A carência e a dependência são intensas e quando não há como liberá-las, a comida pode ser usada como consolo. A alternativa é alguém que pode ser ferozmente contradependente, com a poderosa casca do caranguejo usada como proteção. Insegurança e ansiedade são freqüentes quando a pessoa não tem uma base doméstica forte. O choro avassala os demais, portanto pode ser usado para manipular e controlar, mas também para criar distância; faz parte da carapaça do caranguejo.

Como tipos lunares, as pessoas que têm a Lua em Câncer reagem fortemente às Luas nova e cheia, e as mulheres deste signo reagem à fase pré-menstrual. Acompanhar consistentemente a Lua em trânsito ajudaria a entender essas constantes alterações de humor. A meditação diária e na Lua cheia podem desanuviar o hemisfério lunar, obtendo um equilíbrio mais perfeito.

Lua em Leão: O ambiente doméstico primitivo talvez tenha sido animado e turbulento. A mãe pode ter sido teatral, adepta a projetar emoções para causar efeito. A criança aprendeu que a única maneira de ser levada a sério é se colocar em evidencia, em detrimento dos demais. Como a mãe era uma espécie de prima-dona, cuja atenção estava principalmente focalizada em si mesma, a criança cresceu com fome de atenção e aprovação. Ataques de birra tornaram-se uma ferramenta para conseguir essa resposta tão desejada. Como resultado, a pessoa com a Lua em Leão prefere encenar seus sentimentos em vez de comunicá-los. O que começa como autêntico pode se perder nos esforços dramatúrgicos. O orgulho ferido é um ponto específico de deflagração, principalmente quando o leonino não recebe a apreciação, respeito ou admiração que acredita merecer. Às vezes, também, o sentimento alegado pode não ser o verdadeiro, e sim alguma coisa simplesmente mais teatral. Agir como quem está ofendido, por exemplo, é mais dramático do que revelar inadequação ou

vulnerabilidade. Nas crises, o gestual melodramático pode ser ligado, a todo vapor. Não obstante, como Leão exige dignidade e uma postura majestosa, o melodrama pode ser mais interno que externo, ou pode ser levado à cena somente nos aposentos reais. (Nota especial: aqueles que têm a Lua em conjunção com Plutão em Leão podem combinar essas qualidades com os traços da Lua em Escorpião.)

Lua em Virgem: (às vezes aspectos Lua-Mercúrio) O ambiente doméstico original pode ter sido bastante frio, com os adultos significativos trabalhando muito e tendo pouca paciência com as necessidades de uma criança. Freqüentemente, a mãe estava trabalhando ou sobrecarregada com os outros filhos e as obrigações da casa. Como os pais eram críticos em relação a qualquer manifestação emocional, a criança foi criada se sentindo culpada e crítica em relação aos próprios sentimentos. Uma onda de autocrítica é freqüentemente a máscara que esconde outros sentimentos, como a raiva de não ver atendida a necessidade de dependência. O interessante é que muitos católicos que me procuram foram tão profundamente influenciados pelas freiras da escola paroquial quanto por suas mães. Freqüentemente a Lua em Virgem, ou o Ascendente Virgem, mostra essa influência.

Outra defesa que prevalece contra sentimentos indesejados, em indivíduos com a Lua em Virgem é a doença. São comuns as doenças psicossomáticas, já que as emoções desautorizadas transferem-se para o corpo, e a doença fornece uma legítima razão de dependência. A hipocondria também distrai a pessoa dos próprios sentimentos, e oferece uma razão para as reações apresentadas. A reação à crise inclui autocondenar-se por permitir a instauração de um problema, fazer análises obsessivas e posteriormente mergulhar no trabalho compulsivo, para evitar o problema.

Lua em Libra: (aspectos Lua-Vênus) Freqüentemente, houve problemas conjugais entre os pais, e a criança funcionou como um amortecedor. Portanto, o conflito ameaça a paz de espírito, e para evitá-lo a pessoa fará a maior ginástica, procurando agradar aos demais. Para recalcar a raiva será preciso agir com docilidade ou protestar amor. Numa relação, a pessoa talvez tente reprimir as emoções negativas, para fazê-la parecer um romance hollywoodiano.

De tal importância é o equilíbrio emocional para o(a) libriano(a) que os habituais sentimentos de ambivalência frente a pessoas ou situações representam ameaça. A pessoa pode agir impulsivamente para solucionar o conflito, indo descobrir depois que não levou em consideração os dois lados. Esse signo lunar deve ter paciência com os processos decisórios, já que o sentimento de indecisão é um tormento. Nós não podemos TOMAR decisões com nossas mentes, nós só podemos CHEGAR a decisões pela confiança que depositamos em nossos sentimentos verdadeiros ante uma situação.

Lua em Escorpião: (aspectos Lua-Plutão) O lar primitivo pode ter tido um clima tenso e suspeitoso, com hostis correntes subterrâneas. Como isso não era verbalizado, a criança, para sobreviver, tornou-se adepta da leitura de emoções inconfessadas. Assim, muitas dessas pessoas têm um dom para a psicologia. À mãe, em especial, pode ter controlado fortemente suas próprias emoções e as emoções dos filhos. A criança aprendeu a esconder as emoções e a se sentir culpada por qualquer coisa que a mamãe não gostasse.

Por causa desses antecedentes, o adulto que tem a Lua em Escorpião mantém ocultos os sentimentos e quiçá como se ninguém os entendesse, sente-se um verdadeiro alienígena. Sentindo que muita coisa está escondida, os outros talvez não confiem nele, aumentando seu isolamento. Quanto mais os sentimentos são controlados e mantidos em segredo, mais poderosos eles se tornam, num ciclo auto-reforçado. Trabalhar no hemisfério lunar é importante para que a pessoa não seja consumida pela intensidade. Terapia de grupo seria particularmente útil, se esses padrões são pronunciados, pois a pessoa poderia aprender a correr o risco de compartilhar sentimentos com os demais. (Meu livro, *Healing Pluto Problems*, seria uma boa leitura para os que têm a Lua em Escorpião).

*Lua em Sagitá*rio*:* (aspectos Lua-Júpiter) Este é mais um signo que em vez de confrontar os sentimentos diretamente, trata de intelectualizá-los, pois era essa a defesa a que a mãe recorria. Apesar disso, esses nativos têm um impulso para aprender com as situações emocionais e assim adquirir sabedoria. Há um otimismo que afirma que, por muito ruins que as coisas estejam hoje, irão funcionar— uma filosofia difundida pela

mãe. As coisas, com muita freqüência, funcionam quando inconscientemente acreditamos que funcionarão; portanto, esse estado de espírito não é necessariamente destruidor. A Lua em Sagitário usa o humor, tanto de forma sadia quanto como defesa contra os sentimentos. Pode haver preocupação com a ética e com aquilo que "deveriam" sentir em dadas circunstâncias. Para essas pessoas pode ser difícil admitir sentimentos pouco caridosos ou "pouco cristãos". Ações punitivas, empreendidas em nome da convicção religiosa e da indignação hipócrita podem realmente funcionar como válvula de escape para a raiva.

Lua em Capricórnio: (aspectos Lua-Saturno) O ambiente original era com freqüência melancólico e pouco caloroso. A mãe talvez fosse deprimida ou sobrecarregada de deveres. Essa melancolia torna-se parte da visão que a pessoa tem da vida, mesmo quando adulto. A mãe trabalhava fora, ou tinha pesadas responsabilidades familiares, ou talvez fosse uma mulher madura, e não tivesse muita paciência com as necessidades da criança. Pode ter havido uma atmosfera de pobreza e dificuldades, em que a sobrevivência dependesse de sepultar os sentimentos e cuidar das tarefas que estivessem à mão. Como a família era crítica, essa pessoa pode ser atormentada pelo ódio a si mesma ou pela vergonha. Isso contribui para a depressão, quando o indivíduo não consegue viver consoante seus próprios padrões inatingíveis. Em situação de crise, a Lua em Capricórnio coloca de lado a emoção e encarna o amigo leal, transformando-se no rochedo de Gibraltar para todos os envolvidos. Este signo lunar é às vezes encontrado entre alcoólatras, já que muitas vezes a bebida é a única escapatória para a depressão, para as exigências árduas e perfeccionistas que essa pessoa impõe a si mesma. (Além disso, o gene do alcoolismo familiar e o gene da depressão bioquímica hereditária estão no mesmo filamento, portanto muitos alcoólatras bebem para se auto-medicarem na depressão crônica.)

Lua em Aquário: (aspectos Lua-Urano). O ambiente doméstico original era indubitavelmente conturbado, com freqüentes mudanças ou perda de vínculos importantes. Freqüentemente em tais famílias, o conflito ferve sobre a superfície e entra em erupção de forma periódica e destrutiva. A mãe pode ter sido intermitente, ou alienada nos sentimentos, e talvez se

retraísse quando a criança expressava emoções. O adulto de Lua em Aquário freqüentemente corta o contato, cada vez que nos relacionamentos surge o conflito ou alguma outra emoção desagradável. A tendência é lidar com as pessoas e situações de uma maneira altamente intelectual, para minimizar o conteúdo emocional. As emoções reprimidas, portanto, podem aflorar de forma súbita e chocante, para consternação de quem tem essa Lua — e para os circunstantes.

É muito importante trabalhar no sentido de estar consciente das emoções e respeitá-las como válidas, em vez de se separar delas ou acatá-las de vez em quando. Trabalhe regularmente com seu hemisfério lunar, para estar bem equilibrado(a) e não ser deflagrado(a) por estresse lunar. Caso você alguma vez precise de terapia, é possível que reaja melhor à terapia de grupo. Aquário rege os grupos e você poderá ter menos problemas de autoridade nesse ambiente do que numa situação pessoa-a-pessoa.

Lua em Peixes: (aspectos Lua-Netuno) Havia muita confusão durante a infância dessa pessoa, freqüentemente causada por um dos pais, que era alcoólatra, doente mental ou físico, ou excessivamente religioso. Para sobreviver, a criança tem de negar o tumulto e viver em seu próprio mundo de sonho. Dai a tendência a fugir dos sentimentos continuar a ser uma defesa, possivelmente acentuada pelas mesmas defesas que os pais usavam — álcool, doença psicossomática ou outras fugas.

Por causa da prolongada repressão do emocional, essa pessoa teme ser dominada por ele. Quando reprimidas tão persistentemente, as emoções podem de fato tornar-se avassaladoras e aflorar de maneiras "malucas", o que as faz ainda mais apavorantes. Quanto mais assustadoras parecerem, mais reprimidas serão, e pode-se instaurar um padrão difícil, que muitos necessitarão de ajuda para desfazer.

Outro fato a considerar é o de que a pessoa com esse aspecto é extremamente mediúnica, e absorve as emoções dos outros. Isto talvez tenha surgido como mecanismo de sobrevivência num ambiente familiar disfuncional, em que a criança tinha de estar extremamente alerta e perceptiva, para evitar problemas para si. É importante que essa pessoa aprenda a diferenciar as percepções mediúnicas de seus próprios sentimentos. A meditação, a elaboração onírica e outras ferramentas para entrar em contato com os sentimentos ajudarão a distinguir, das emoções alheias, as

emoções pessoais. Técnicas para criar defesas mediúnicas podem ser aprendidas em cursos de desenvolvimento mediúnico ou em livros. Períodos de retiro em silêncio trazem um grande alívio.

O Efeito da Posição da Casa de sua Lua

A posição da casa da Lua natal também é importante, pois mostra onde você procura satisfação para suas necessidades lunares. A área adquire uma pesada carga emocional e amiúde constitui fonte de intranqüilidade quando as coisas não vão bem. Você também pode notar que todos os meses essa é uma área de atividade e emoções intensificadas, já que a Lua retorna ao mesmo lugar que ocupa em seu mapa de nascimento — seu retomo lunar. (Principiantes, confiram o Círculo do Ascendente Câncer — figura 2, página 59 — para uma compreensão do modo como as casas estão dispostas e o que significa cada uma delas. Os signos ao redor daquele círculo são típicos de quem tem o Ascendente Câncer. Se você tem um outro signo Ascendente, seu próprio círculo terá signos diferentes nas cúspides.) Combine a leitura do signo lunar com a posição da casa, pois o signo ilustra seu estilo pessoal de lidar com questões lunares.

Lua na 1ª casa: Principalmente se está na faixa de 10° do Ascendente, essa posição natal credencia você como tipo lunar. Os significados lunares dominam sua face mundana — a começar pelo poderoso impacto que sua mãe teve em moldar suas interações com o mundo. Talvez você até se pareça muito com ela. Assim, você pode ser intensamente maternal ou dependente, mas para o mundo em geral você se confunde com a mamãe. Você projeta fortemente as emoções se seu signo lunar — digamos, um signo de água — tem semelhante inclinação. Ninguém a seu redor pode deixar de perceber como você se sente. Dependendo do signo Ascendente e do signo lunar, seu corpo provavelmente será lunar, mas com tendência a extremos. Você poderá ter seios grandes ou parecer uma tábua, poderá ser obesa ou anoréxica. Sua digestão e o ciclo menstrual podem ser altamente sensíveis a estímulos externos e à comida que come.

Lua na 2ª Casa: Essa posição é um pouco parecida com a Lua em Touro, no sentido de que dinheiro e bens materiais são muito relevantes em lhe dar uma sensação de bem-estar. Você pode ter talento para ganhar dinheiro, talvez de alguma maneira antiquada e doméstica. O distúrbio emocional surge quando seu balanço bancário está ameaçado. A semelhança termina aí, pois nosso signo lunar revela o modo como operamos com dinheiro. Quem tem a Lua em Capricórnio será economicamente conservador, tomando conta do piso financeiro e cuidando para que haja abundante reserva para a aposentadoria. Quem tem a Lua em Peixes, entretanto, pode gastar compulsivamente e de forma insensata para manter à distancia os sentimentos desagradáveis. Independente do signo, a mamãe é uma grande influência em questões financeiras, seja como modelo, seja por fazê-lo(a) continuar até certo ponto dependente dela em termos de dinheiro.

Lua na 3ª Casa: Com essa posição, os irmãos, tias, tios ou primos podem ter desempenhado o papel dos pais, freqüentemente por causa da imaturidade da mãe. Às vezes é você quem age no lugar dos pais, às vezes são os outros que o fazem. De qualquer forma, o resultado é um vínculo poderoso e influente que dura até a plena fase adulta. O teor essencialmente positivo, ou não, do vínculo depende do signo e dos aspectos da Lua. Com a Lua em Áries, é possível que houvesse uma forte rivalidade entre irmãos e conflito incessante. Com a Lua em Libra, é possível que houvesse uma forte conexão amorosa. Na melhor das hipóteses, é provável que você tivesse o equivalente a duas mães, sendo uma delas muito mais nova e de vida mais prolongada, e é possível que você tenha uma família extensiva forte e que o(a) apóie.

Lua na 4ª Casa: Este é mais um tipo lunar. Os significados da Lua são duplamente fortes aqui, exatamente como seriam com a Lua em Câncer. A casa, a mãe, a família e o passado são poderosamente enfatizados e profundamente importantes para a segurança e o bem-estar. Por outro lado, o signo e os aspectos da Lua podem modificá-lo. Quem tem a Lua em Sagitário pode perfeitamente comprar um trailer e viver nele, pois o impulso nômade tornará difícil manter plantadas as raízes, rasas ou fundas. A Lua em Touro pode passar os anos de declínio na antiga

propriedade da família, ainda usando os pratos que a velha e querida vovó trouxe consigo ao imigrar do velho continente.

Lua na 5ª Casa: Aqui as relações com os filhos ou parceiros românticos são a principal fonte de realização emocional. Quando essas relações estão funcionando bem, não há o que se iguale em prazer e satisfação. Quando vão indo mal ou mudando, como pode ocorrer durante um trânsito de um planeta exterior, o turbilhão emocional resultante pode temporariamente dominar sua vida. Quando essas relações substituem uma frustrante ou conturbada família de origem, pode resultar uma intensa dependência que facilmente pode resvalar para a disfunção. Talvez você faça o papel de pai, porém depende dos familiares para gratificação emocional, de um modo que nem sempre é saudável para ambas as partes. Mais uma vez, considere o signo. Alguém com a Lua em Escorpião pode mantê-los dependentes para não se sentir tão solitário, enquanto uma Lua em Capricórnio insiste em que eles cresçam e se responsabilizem por si mesmos. Na melhor das hipóteses, cria-se uma ligação emocional profunda e duradoura, capaz de transformar o mundo num lugar melhor e mais amigável.

Lua na 6ª Casa: Aqui, muitas necessidades são satisfeitas no local de trabalho. Quando o trabalho está indo bem, você fica propensa a estar muito mais feliz — e mais saudável — do que quando as coisas estão estagnadas ou medíocres. Em geral, quem tem a Lua na 6ª casa tenta estabelecer uma atmosfera familiar no local de trabalho — talvez trazendo, como agrados, biscoitinhos feitos em casa ou outras gulodices. Entretanto, levemos em consideração o signo. Suponha que sua Lua está na 6ª casa, mas em Sagitário. É mais provável que, em vez de biscoitinhos caseiros, os colegas de trabalho recebam uma fita de Joseph Campbell ou um panfleto do Greenpeace. Se ela estivesse em Virgem, em vez disso você poderia estar advertindo os colegas quanto ao teor de açúcar e gordura dos biscoitinhos, enquanto distribuía vitaminas e florais. Compenetre-se, contudo, de que nem sempre é adequado tratar seu chefe como pai ou seus colegas de trabalho ou subordinados como filhos. Isto pode impedir um funcionamento adulto no trabalho.

Lua na 7ª Casa: Aqui os relacionamentos mais íntimos e mais envolvidos são lunares, muito possivelmente co-dependentes, a não ser que você tenha absorvido cada palavra que John Bradshaw pronunciou. É provável que seu companheiro(a) funcione como seu pai(mãe), ou como seu filho, mas raramente será como um igual. Os homens que têm essa posição são com freqüência tão profundamente agarrados às mães que ou não se casam enquanto a mãe ainda está presente, ou as esposas têm sérios problemas com a sogra. (Com certeza, o mesmo pode ser dito das mulheres que têm essa posição.) Na melhor das hipóteses, o companheiro(a) é uma fonte profunda de segurança e bem-estar e os laços de família são fundamentais para a parceria. Os signos e os aspectos modificam o quadro. Em Gêmeos, existe uma sensação de que o companheiro é um irmão ou irmã, e a comunicação e estimulação mental que ele/ela oferecem são profundamente gratificantes. Com a Lua em Escorpião, os laços são tipicamente sombrios e intensos, com possessividade e batalhas pelo controle tendendo a dominar o relacionamento.

Lua na 8ª Casa: Muitos que têm uma forte posição de Lua na 8ª casa não conseguem desenvolver seus próprios recursos, pois a mãe os encorajava, ou mesmo manipulava, a continuarem dependentes. Essa prolongada dependência pode assumir muitas formas — tanto financeira quanto emocional, tanto a de cuidar quanto a de permitir. Em cada um dos níveis, sua mamãe lhe ensinou que você precisava dela ou de outras mulheres porque não podia se cuidar sozinho(a). A resposta emocional apresentada por você ante essa dependência varia de acordo com seu signo lunar. A Lua em Peixes pode vivenciar uma profunda sensação de vergonha e inutilidade frente à situação, e, contudo, sentir-se impotente para ir além dos trabalhos mais humildes. O indivíduo de Lua em Aquário pode sentir-se justificado para redistribuir a fortuna da família, como uma espécie de afirmação política. Com a Lua na 8ª casa também pode haver uma obsessão com o lado sexual da feminilidade. Ela pode acabar enredada com a segurança e a sobrevivência — conforme veremos no mapa de O. J. Simpson, no capítulo 13.

Lua na 9ª Casa: Esta não é geralmente uma posição tão difícil, por ser de certo modo parecida com a Lua em Sagitário. A mãe e outros membros

da família valorizavam extremamente a religião ou a educação, daí você persegui-las — ou repudiá-las — de uma forma profundamente inflamada. Você acredita em educação superior para as mulheres e considera-as professoras — às vezes, o professor preencheu a lacuna deixada por uma mãe que não era assim tão protetora. Se está seguro(a) de sua convicção filosófica e de seu desenvolvimento intelectual, você fica contente. Se há um desafio em seu sistema de crença — digamos que descubra os pés de barro de algum mentor ou guru — então você fica intranqüilo(a) até conseguir *ver* as coisas com clareza.

Lua na 10ª Caso: Essa casa descreve nossas figuras de autoridade, e a Lua aqui geralmente mostra uma casa dominada pela mãe, e até mesmo um matriarcado que remonta a muitas gerações. O pai era amiúde um tipo lunar. Como no caso de Lua em Capricórnio, a mãe e suas ambições moldaram a escolha profissional, ou o rumo da vida da pessoa, que freqüentemente tendeu para profissões ou papéis de cuidador. O trabalho pode envolver as mulheres, o público, o lar ou outras preocupações lunares. A carreira profissional, com suas oscilações, é fonte de imensa satisfação, quando vai bem, ou de muito estresse e sofrimento, quando vai mal. (Fundamentada na obra dos Gauquelin, essa descrição se aplica até quando a Lua está na 9ª casa, porém na faixa de 10° do Meio-Céu.)

Lua na 11ª Casa: Aqui a família de origem pode ter sido esparsa, ampliada por "tias" e "tios" recrutados entre velhos amigos da família. Na adolescência e depois dela, a pessoa cria uma nova família entre os amigos ou grupos. As amigas tornam-se substitutas da mãe, ou então a pessoa pode adotar uma postura maternal em relação aos amigos ou grupos. Na fase adulta, a própria mãe pode se tornar uma boa amiga, dependendo do signo e dos aspectos da Lua. A pessoa talvez se decepcione de vez em quando, ao descobrir que a melhor amiga não consegue entendê-la e apoiá-la mais do que a mãe foi capaz. Pode haver uma expectativa inadequada de perpétua proteção e cuidado emocional, como requisito para a amizade.

Lua na 12ª Casa: Tanto a Lua quanto a ir casa tendem à repressão, portanto essa combinação transforma num desafio real e contínuo o ato de manter a consciência de suas emoções. Provavelmente, as figuras maternas eram incapazes de lidar com os sentimentos inquietantes que você tinha e talvez tenham retirado o apoio quando você os expressou. (Digo figuras maternas pois com essa posição às vezes existe perda, flutuação ou distância emocional da mãe biológica, e a pessoa provavelmente terá encontrado sucedâneos para ela.) Conexões conscientes com toda espécie de questões lunares podem se mostrar fugidias e intrigantes, a não ser que o indivíduo lide com elas de forma direta e consistente.

Quando colocadas na 12ª casa, até a Lua em Câncer, em geral hiperlunar, pode considerá-las desafiadoras, mas o megacerebral indivíduo de Lua em Aquário fica totalmente perdido! De meus consulentes, o maior campeão de todos os tempos, em termos de negação, provavelmente foi um que tinha a Lua em Aquário na 12ª casa, em quadratura com Netuno na 3ª. Ele me assegurou que não tinha emoções, embora tivesse fantasias. Sugeri-lhe que toda vez que começasse a derivar pelo mar da fantasia, ele se rebocasse de volta e indagasse a si mesmo o que poderia tê-lo perturbado tanto no episódio. Na melhor das hipóteses, a pessoa de Lua na 12ª casa encontra segurança e serenidade na meditação e no caminho espiritual.



As leituras referentes ao signo e à posição das casas lunares se concentrou nos tipos de problemas, para nos ajudar a ficar mais conscientes das defesas neuróticas e mudá-las. Sim, existem padrões emocionais saudáveis e também há ocasiões em que precisamos de nossas defesas. Entretanto, ao congelarmos os sentimentos que não nos agradam, estes não desaparecem simplesmente. Eles ficam cozinhando em fogo brando no inconsciente e ressurgem sob formas disfarçadas e autodestrutivas, principalmente no pré-menstrual ou nas Luas nova ou cheia. Estar vivo é sentir. Quando nos falta a coragem de encarar sentimentos difíceis, nós nos amortecemos e nos dispomos a viver menos plenamente do que poderíamos.

Você Usa o Emocional para Angariar Cuidados?

As emoções estão ligadas ao recebimento de cuidados, pelo fato de podermos usá-las inconscientemente para atrair atenção. Às vezes, elas são usadas para controlar pessoas e situações. Por exemplo, se estamos deprimidos ninguém pode nos "condenar" por nossa condição, contudo, a emoção nos habilita a receber cuidado e atenção especiais. As equipes de hospitais psiquiátricos chamam a isto "ganhos secundários" de uma doença física ou emocional. O desenvolvimento desse padrão pode remontar à mãe. Muitas garotinhas aprendem que se chorarem serão abraçadas e acarinhadas, talvez até ganhem um biscoito. Os garotinhos, depois de uma certa idade, recebem desprezo se chorarem. Como vimos, as mulheres são muito mais propensas à depressão do que os homens, e uma das causas pode ser as recompensas recebidas por chorarem. Os homens aprendem outros mecanismos para lidar com a dor que sentem — eles podem brigar ou beber, já que chorar é considerado inaceitável.

Se as tempestades emocionais são seu recurso para receber atenção, então procure outros meios para cuidar de si, caso queira mudar esse padrão. De outro modo, malgrado o verdadeiro sofrimento envolvido, você se sentirá tentada à repetição toda vez que estiver especialmente carente. Se desconfia de que às vezes sai dos eixos para granjear cuidados, experimente o círculo do Ascendente Câncer como solução alternativa.

Você também pode querer fazer um orçamento dos custos. Além de as crises emocionais serem física e psicologicamente devastadoras, a atenção obtida por você em tais circunstâncias é em geral de baixa qualidade. Os outros ficam ressentidos por terem de cuidar de você, pois em certo nível eles sabem que alguma coisa desonesta está acontecendo. Sentem que você não está enfrentando corajosamente seus sentimentos, como a raiva que se esconde por trás da maioria das depressões. O tratamento recebido pelas mulheres na maior pane dos hospitais ou clínicas muitas vezes é discutível. Se você freqüentemente necessita ser cuidada por causa de doença emocional, é provável que não seja tratada como uma adulta igual. Se foram perdas e privações que a levaram a buscar cuidado dessa maneira, a qualidade do cuidado obtido possivelmente não será muito satisfatória, perpetuando o problema.

Aprendendo a Viver sem se Dopar

Naturalmente, não é só com drogas que nos dopamos; nós o fazemos com qualquer coisa utilizada para nos entorpecer, de modo que não tenhamos de sentir. É um hábito que inclui nos empanturrarmos de comida, tomar uns tragos depois do trabalho, fumar dois maços de cigarros por dia, ficar vendo quatro ou cinco horas de televisão à noite ou tomar tranqüilizantes para os nervos. Todas essas são formas que as pessoas "respeitáveis" adotam para se narcotizarem, e muitos de nós se apóia em mais de um desses hábitos. Vivemos numa era de ansiedade, em que nossas necessidades lunares não estão sendo satisfeitas, e na qual sofremos perdas freqüentes. Como é socialmente deselegante ter sentimentos profundos demais, o hábito de se drogar está se tornando um meio de vida. No entanto, a maioria dos tipos de droga, usados compulsivamente, são nocivos à saúde, como o são os sentimentos reprimidos que se expressam psicossomaticamente.

No fim das contas, a droga não resolve o problema, ela apenas irá adiá-lo e, muitas vezes, torná-lo pior. Em última instância, você terá de enfrentar a questão; algum dia terá de encarar a dor, ou a raiva, ou aquilo que está evitando, seja lá o que for. Contudo, ao não encararmos as questões no devido tempo, complicamos nossas vidas. A situação vai ficando pior, porque quando não estamos dando atenção a nossos verdadeiros sentimentos, agimos de maneira neurótica ou autodestrutiva.

Precisamos nos reeducar para sentir. Praticar meditação, manter um diário, fazer astrodrama ou trabalho com sonhos são coisas que podem nos ajudar na sintonia com nosso hemisfério lunar. Outras técnicas serão dadas no capítulo final. Rastrear a Lua por intermédio de seu mapa astrológico, como será ensinado no capítulo 6, pode ser mais um recurso proveitoso. Pode-se atingir um grau maior de autopercepção usando conscientemente as Luas nova e cheia e o pré-menstrual.

Sentimentos que não expressamos podem ser dolorosos, portanto é importante formar uma rede de apoio com amigos, ou um grupo formal, em que você possa liberar seus sentimentos em segurança. Em certos grupos de auto-ajuda se diz, "sem dor não há progresso", mas o importante é que sua dor seja usada como estímulo para o crescimento. Se você

continuar afundado(a) nos padrões derrotistas que só fazem perpetuar a dor, a tentação de se dopar pode ser irresistível.

Parte do que foi dito até agora parece ter saído diretamente do círculo do Ascendente Câncer, não é mesmo? Gêmeos na 12ª casa e Touro na 11ª mostram algumas respostas. A medida que for percorrendo o círculo, enquanto elabora outras dificuldades lunares, você descobrirá que seu equilíbrio emocional vai melhorando. Os processos delineados neste livro irão colocá-lo(a) em contato mais direto com seus sentimentos. Essa consciência só tem utilidade se você estiver desejando trabalhar nas coisas que pode mudar — principalmente os seus modos prejudiciais de tratar a si mesmo e aos outros. Sem o desejo de crescer, estaremos perdido(a)s numa sociedade em rápida transformação.

É de extrema importância aprender a cuidar de si e a trabalhar regularmente para desanuviar o hemisfério lunar. Ao longo de todo o livro, estaremos examinando técnicas para depurar e equilibrar. Variadas ferramentas serão apresentadas, já que nem todas servirão para o leitor individual. Você está convidado(a) a experimentá-las e a trabalhar com aquelas que lhe convenham. No próximo capítulo, estaremos apresentando uma ferramenta muito especial para ajudá-lo(a) nesse trabalho: os florais.

CAPÍTULO 5

OS DOZE SIGNOS LUNARES, SEUS HÁBITOS EMOCIONAIS E OS FLORAIS

Certas pessoas só ficam felizes quando sentem tristeza. Outras precisam da raiva para mantê-las ativadas. Para algumas pessoas, afundar-se na autocomiseração ou na vitimização torna-se uma trilha muito batida, capaz de ocupar um vazio que não saberiam, de outro modo, como preencher. Estou aludindo aqui à nuance sentimental que caracteriza cada um de nós. "Dolores está sempre deprimida. Que pessoa triste!" "É mais fácil o Bob rosnar que dar bom-dia. Ele está sempre de mau humor!"

Embora uma escala muito ampla de emoções seja possível; a maioria de nós vivencia e expressa uma faixa muito estreita. O conteúdo e a amplitude dessa faixa variam de acordo com o indivíduo e são mostradas pela Lua em seu mapa. A Lua rege as emoções, os hábitos e o inconsciente. Muitas foram as descobertas que fiz ao procurar conexões *entre* as questões lunares. Uma dessas descobertas foi o fato de que muitas emoções negativas que nos atormentam persistentemente são maus hábitos adquiridos desde tenra idade. Como já não temos consciência da razão por que eles surgiram, essas fitas começam a tocar automaticamente em situações de estresse. Ao surgir uma crise, tocamos a mesma fita, só que aumentando o volume.

Para Entender os Hábitos Emocionais

Para começar: o que é um hábito? É um padrão comportamental aprendido, repetido com tanta freqüência e por tanto tempo que se torna estritamente automático. Trata-se de um ritual pessoal que realizamos porque nos faz sentir seguros. Ele funciona na maioria das vezes e, como produz

resultados, nós nem pensamos a seu respeito. Um *habito emocional* é um padrão aprendido, uma resposta inconsciente e automática a circunstâncias que produzem emoção. Ele faz você se sentir seguro(a) quando pessoas ou situações lhe apertam os botões. Ele funciona bem na maioria das vezes, assim já se tornou inconsciente. Em certo sentido, trata-se de um mecanismo de defesa.

Os hábitos emocionais são familiares e cômodos, ao passo que sentimentos pouco familiares balançam demais o barco. Mesmo que os sentimentos selecionados sejam um tanto desagradáveis, ainda assim são menos difíceis de administrar que aqueles que ameaçam o *status quo*. Quando surgem as reações incômodas, muitas pessoas apelam rápida e inconscientemente para as reações habituais. Estas se transformam em ferramentas multiutilitárias das quais usamos — e abusamos — em muitas situações para evitar a confrontação com nossos verdadeiros sentimentos.

Muitas emoções fortes, conquanto recorrentes, deveriam ser consideradas suspeitas, pois com muita freqüência se convertem numa distorção da verdadeira reação. A conversão pode ser feita com tal rapidez que as pessoas nem mesmo se permitem reconhecer as emoções que julgam inaceitáveis. Por exemplo, aqueles que não desejam admitir a própria necessidade de controlar, podem instantaneamente convertê-la em culpa e ficarem se sentindo culpados a maior parte do tempo. A culpa talvez não seja agradável, mas elas acreditam que isto pode transformá-las em pessoas melhores que alguém com o desejo de dominar os demais. Quem considera a culpa demasiado nociva ao ego pode convertê-la em reprovação aos demais.

Aqueles que não se sentem à vontade com a raiva, podem transformá-la imediatamente em depressão ou ansiedade. Eles podem até mesmo proclamar — e acreditar — que jamais ficam zangados. Ademais, a raiva não é simpática. Os circunstantes, porém, podem sentir a raiva subjacente nas palavras e nos atos dessas pessoas e reagir a ela. Você já reparou como as pessoas deprimidas podem ser irritantes? Outros se sentem demasiado à vontade com a raiva, usando o ressentimento e encobrindo-a para evitarem passar por uma série de sentimentos como a impotência, ou mágoa diante das perdas.

Para outros ainda, a ansiedade pode converter-se num hábito. Em cada situação nova ou desafiadora, a angústia jorra de um inesgotável

manancial subjacente. A pessoa se precipita num estado de medo que a tudo consome. Exatamente como o depressivo automaticamente se instala na melancolia, a pessoa ansiosa permite que seu nervosismo se torne sua realidade total. Nos dois casos, esses hábitos podem ser defesas contra outros sentimentos.

Nossos hábitos nos protegem e ao mesmo tempo nos limitam. Estes surrados padrões nos servem de defesas contra emoções menos cômodas ou menos familiares. Não que esses padrões familiares não sejam dolorosos, eles são apenas mais fáceis de lidar do que os sentimentos que não sabemos como administrar. A depressão, por exemplo, é freqüentemente a raiva voltada para dentro, quando esta se torna perigosa demais para se expressar abertamente. Para outros, a raiva em si pode ser uma defesa contra o medo — defesa que os homens em particular tendem a usar quando se sentem ameaçados. O importante é saber que muitas de nossas emoções habituais são cortinas de fumaça, embora nós as levemos tão a sério que elas acabam adquirindo vida própria.

Alguns Maus Hábitos Emocionais e como Perdê-los

Seus próprios hábitos podem não ser tão extremos, porém a maioria de nós tem um pequeno repertório de sentimentos que são desfechados repetidamente. Poucos respondem espontaneamente às situações que surgem. As várias seções sobre os signos lunares devem fornecer pistas dos padrões aplicáveis a você. Os hábitos que cobrimos abaixo não têm correspondências astrológicas exatas, mas os signos lunares individuais tendem mais a alguns deles que a outros. Eis aqui algumas técnicas que podem ajudar você a evitar cair nos padrões negativos. Embora sua apresentação formal aos florais vá acontecer mais adiante, não posso deixar de mencionar os florais indicados para esses hábitos.

O Hábito de Preocupar-se: Certa vez, organizei uma caixa de preocupações. Toda vez que eu ficava me consumindo de ansiedade com alguma situação, eu a escrevia num pedaço de papel. Então fazia uma oração para ela e colocava-a na caixa, esforçando-me conscientemente para esquecer o medo. Seis semanas depois, abria a caixa e lia as anotações. De

26 preocupações que, por algumas horas ou dias, tinham sido minha realidade total, somente uma se concretizara. As outras 25 não passaram de elucubrações, vagamente lembradas, de minha imaginação. Esse exercício me deu uma nova perspectiva de minhas angústias. Depois disso, fui muito mais capaz de fazer uma oração e deixar de lado o medo. (O floral de Bach, **White Chestnut**, é útil para preocupações, ao passo que o **Aspen**, ajuda nos quadros de ansiedade.)

O Hábito da Autocomiseração: A pena de si mesmo(a) é diferente de um sofrimento genuíno ante a situação de vida que você está atravessando. O clima de "coitadinho-de-mim", é um engodo para um comportamento auto-indulgente que acaba se tornando destrutivo. Uma escapatória é parar de se considerar uma vítima. Confira se não terá sido você mesmo(a) quem criou sua própria realidade dolorosa e deixou que as pessoas o(a) vitimizassem. Trabalhar para sair dessas situações seria importante para seu bem-estar geral. (O floral de Bach, **Centaury**, é muito útil para quem permite aos outros se aproveitarem de si próprio. A verdadeira vítima, por exemplo, a da violência doméstica, necessita da ajuda dos demais para sair da situação, mas pode encontrar forças no floral, Ephedra, da Desert Alchemy.)

A elaboração de uma lista diária das coisas pelas quais você se sente grato(a) é uma maneira construtiva de superar a autocomiseração. No princípio, talvez você não consiga pensar em muitas coisas, mas o hábito de fazer uma lista de gratidão é um grande estimulante. Outra excelente maneira de combater a autocomiseração é fazer alguma coisa por alguém que esteja numa situação pior que a sua. Com esse padrão, o floral de Bach, **Heather**, pode servir de auxílio.

O Hábito da Culpa: Muitos de nós vivem numa aura de desvalorização que invade tudo, sem que nada de concreto possa justificá-la. Podemos ver essa situação na pessoa fortemente plutoniana. A culpa que fica roendo, já não mais ligada conscientemente a qualquer delito presente, torna-se um modo de vida. Permanece ali, esperando para se fixar em algum delito do momento e ampliá-lo. "Eu não devia ter respondido mal ao João. Estou me sentindo tão culpada." "Por que não dei uma carona a ela até em casa? Isto foi egoísmo." Se nenhuma transgressão atual

puder ser encontrada, a pessoa sobrecarregada de culpa pode ir buscar no passado alguma coisa para ficar ruminando. (Esse tipo teria imensos benefícios com o uso durante alguns meses do floral de *Bach*, **Pine**.)

Um antídoto para esse padrão seria fazer um inventário de sua vida, conforme recomendado nos programas de doze passos. Escreva num papel cada ato que sentiu como errado, não importa quão trivial ele tenha sido nem há quanto tempo ocorreu, e elabore uma lista das pessoas que você crê ter prejudicado. Tente consertar a situação, caso o conserto não vá causar mais prejuízos a você ou a outros. Isso deve ser feito de forma criteriosa e discreta, já que às vezes se pode causar mais danos que benefícios, ao revelar segredos ou revolver o passado. Um genuíno benefício obtido desse exercício é que com você consciente dos parâmetros reais de sua culpa, ela perde a qualidade global. Você conseguirá enxergar exatamente o que fez e poderá fazer alguma coisa a respeito disso.

Provavelmente, descobrirá que você, afinal de contas, não é uma pessoa tão terrível, que agiu por imaturidade e ignorância, e que está bastante crescido(a) para não voltar a cometer esse tipo de engano. Peça a qualquer forma de divindade em que acredita que lhe perdoe — e se não acredita em nenhuma, faça de conta que acredita e peça assim mesmo. E o mais importante, perdoe a si mesmo(a). (Os florais **Mountain Woormwood** e **Alpine Azalea**, da Alaskan Flower Essences podem ajudá-lo a conseguir perdoar a si mesmo.) Depois desses exercícios, você sentirá uma depuração kármica, e já não terá de carregar o peso da culpa ou da desvalorização.

O Hábito da Negatividade: Este hábito lança uma nuvem sobre cada um de seus pensamentos e paralisa os esforços que você faz para ter uma vida melhor. Você cria sua própria realidade por meio de seus padrões de pensamento. Por exemplo, se acha que não vai conseguir o emprego a que está se candidatando, irá se comportar de um modo tão autodepreciativo que o potencial empregador irá pensar duas vezes antes de contratá-lo(a). Os estudos metafísicos podem ajudar a substituir os pensamentos negativos por positivos. Suprima de seu vocabulário palavras como NÃO PODE. (A expressão NÃO QUERO é com freqüência a que mais se aproxima da verdade.) Você terá de trabalhar consistentemente seus

pensamentos, se deseja superar uma vida inteira de programação negativa frita por seus pais e pela cultura a que pertence. (Os florais, **Pennyroyal**, da Pegasus, e **Larch**, de Bach, são benéficos no caso presente.)

O Hábito da Depressão: Nos casos de predomínio do hábito depressivo, geralmente a fonte original foi reprimida há muito tempo. Existe na personalidade depressiva um manancial de tristeza, pronto a ser acionado a qualquer momento. Uma simples decepção, como o fato de sua revista favorita ter acabado nas bancas, ou o metrô chegar abarrotado, é o quanto basta para lançar você na melancolia durante horas. A depressão é tão habitual e confortável quanto um sapato velho, fácil de calçar, seguro e previsível.

Segundo a Dra. Helen A. DeRosis, há duas fontes principais para a depressão: 1) a raiva introjetada, e 2) padrões inatingivelmente perfeccionistas, aos quais a pessoa não consegue corresponder. Quando estiver deprimida, pergunte a si mesma de quê sente raiva, ou que padrões impossíveis estabeleceu para si mesma.[1] Você também pode ganhar com um treinamento de assertividade, pois, para começo de conversa, ao ser capaz de lutar em seu próprio favor, terá menos necessidade de ficar com raiva. A raiva, em si, não é uma coisa ruim. Marte é raiva, e também é ação. A partir do momento que entrar em contato com sua raiva, você poderá usá-la para se mobilizar numa ação construtiva a fim de mudar a situação.

A depressão profunda ou crônica é, naturalmente, mais do que um mau hábito, ou uma cortina de fumaça para a raiva. Você está profundamente deprimido(a) se, por mais de duas semanas, apresenta alguns dos seguintes sintomas: 1) tristeza, desamparo e sensação de não se importar com a vida — ou os mesmos sentimentos, alternados com euforia; 2) perda de interesse pela comida, pelo sexo ou por outros apetites normais; ou, ao contrário, a obsessão por eles, como empanturrar-se; 3) incapacidade de conciliar o sono ou períodos anormalmente longos de sono, combinados com grande fadiga e letargia; 4) súbita dificuldade para se concentrar, ficar sentada ou tomar decisões; ou 5) um súbito ataque de

[1] Helen A. DeRosis, M.D. e Victoria y Pellegrino, *The Book of Hope* (Nova York : Macmillan, 19761, p. 39 ss

culpa, desalento, ódio a si mesma ou sensação de grande carência.[2] O quadro clínico de depressão profunda necessita de tratamento e não se dissipará só porque você tomou alguns florais. Vícios como comer compulsivamente ou alcoolismo são muitas vezes tentativas de automedicação numa depressão crônica.

Há outros maus hábitos emocionais. Você talvez tenha alguns dos que discutimos e alguns que são sua marca pessoal. Chegar a vê-los como maus hábitos que são, em vez de vê-los como a verdade evangélica de sua vida, é um passo na direção de mudá-los. Com algum trabalho, os maus hábitos podem ser rompidos e pode-se estabelecer novos hábitos positivos. Quando a velha fita começar a tocar de novo, faça-a parar instantaneamente dizendo, "Não! A verdade não é isso! Eu mereço coisa melhor!" Ganhe consciência das emoções que você foi condicionado(a) a sentir, como desamparo ou autoflagelação, e olhe além delas para ver seus verdadeiros sentimentos.

Nossa amplitude pessoal de emoções seguras e surradas freqüentemente se correlaciona com o signo e os aspectos da Lua no mapa de nascimento. Os padrões característicos dos doze signos lunares freqüentemente não passam de um hábito. À medida que prosseguirmos, vamos aprender sobre as reações típicas dos doze signos lunares. Por exemplo, a maioria das pessoas que têm a Lua em Áries não se sente à vontade com o medo ou com a carência, portanto, em vez de medo, podem reagir com agressividade. Os indivíduos que têm a Lua em Virgem, por outro lado, talvez se furtem às emoções fortes por meio da conversão dessas em doenças psicossomáticas, ou por meio do excesso de trabalho.

Incidentalmente, esta abordagem revela claras distinções entre o signo solar e o signo lunar. As diferenças residem mais na motivação subjacente do que no comportamento. Por exemplo, pessoas que têm Virgem como signo solar ou lunar podem trabalhar em excesso até atingirem a exaustão. Porém, o signo solar Virgem o faz porque sua auto-estima está ligada ao trabalho. Muitas dessas pessoas se identificam fortemente com a própria produtividade. Eles não se sentem bem se não trabalharem mais e melhor que os colegas de trabalho. É quase uma forma de se afirmar sobre os demais, rebaixando-os. As pessoas que têm signo lunar em Virgem,

[2] Maggie Scarf, *Unfinished Business: Pressure Points in the Lives of Women* (Nova York: Doubleday, 1980), pp. 71-72.

por outro lado, trabalham em excesso como maneira de evitar os sentimentos, sobretudo os ligados a alguma questão ou condição permanente. Quando há conflito excessivo em sua relação primária, eles podem se ausentar de si mesmos trabalhando além da conta. Ou, caso uma relação assim não exista, talvez o trabalho em excesso seja uma maneira de não voltarem para uma casa vazia e confrontarem a solidão. As pessoas de signo solar Virgem ainda estão tentando, em algum nível, agradar ao papai ou a seus equivalentes, enquanto as pessoas de signo lunar Virgem estão se moldando segundo o modelo materno.

Como Adquirimos nossos Hábitos Emocionais?

A questão seguinte é: de onde vêm esses hábitos? Nós os aprendemos, até certo ponto, com os valores e tabus da cultura a que pertencemos. Regras não escritas de um grupo nacional ou étnico determinam o que é aceitável. Algumas culturas consideram de mau gosto chorar em enterros, enquanto outras consideram empedernida a pessoa que não faça nessas ocasiões uma dramática exibição de desespero, como desmaiar ou rasgar as roupas. Muitas tribos indígenas americanas sufocavam o choro dos bebês até estes aprenderem a não chorar. A razão *era* que o choro da criança podia revelar a um inimigo o local do esconderijo.

Entretanto, porque nem todos, dentro de uma dada cultura, reagem da mesma maneira a circunstâncias semelhantes? A resposta está em outro significado da Lua — a mãe. (A palavra "mãe" nessa discussão inclui qualquer pessoa de sexo feminino que de forma consistente tenha responsabilidades de cuidar.) Graças a dormirem tanto, os bebezinhos passam a maior parte de seu tempo no plano astral, onde as emoções são uma força extremamente ativa. A conexão psíquica entre a mãe e a criança é poderosa. Naquele estágio, a mãe deve constantemente cuidar do bebê, e o mundo infantil ainda é muito limitado. É quase como se estivéssemos mergulhados em um mar de emoções vívidas mais fortemente por nossas mães ao assumirem a responsabilidade da maternidade.

As emoções predominantes de sua mãe se tornam parte da visão que você tem da vida. Elas governam o modo como você sente estar no mundo e se este parece seguro e confiável. Você também fica propenso a se sentir

mais à vontade com aquelas emoções. Elas podem mais adiante ser características ou não, porém foram o estado primário da mãe durante o primeiro ou segundo ano de vida do filho. A Lua também simboliza o inconsciente, e a maior parte do condicionamento se deu antes de você poder conscientemente entender o que estava acontecendo. Nós absorvemos e imitamos o estado emocional de nossas mães durante o primeiro ano ou aproximadamente, e isso se torna parte da visão de vida que temos. Uma mãe ansiosa transmite sua ansiedade à criança, que então passa a ver o mundo como inseguro e assustador.

As condições domésticas originais, conforme sugeridas pela Lua num horóscopo, podem estabelecer o tom emocional para toda a vida. Por exemplo, descobri que freqüentemente a pessoa com um aspecto Lua-Plutão, Lua em Escorpião, ou um Plutão forte tinha nascido numa família enlutada. Pouco antes ou depois de nascer a criança, houve uma morte significativa que perturbou a família, especialmente a mãe, assim, as necessidades normais da criança não foram atendidas ou foram alvo de secreto ressentimento. A criança absorve este sentimento de pesar, que se torna o forte elemento de sua resposta à vida.

Como esses estados são inconscientes, é necessário um grande esforço para adquirir consciência dos hábitos lunares e rompê-los. A terapia e outras situações fomentadoras de consciência podem ajudar, caso esses hábitos estejam tornando sua vida insuportável. Entrementes, a percepção consciente é um bom começo, e ela pode vir por intermédio do estudo da Lua em seu horóscopo. O signo e os aspectos da Lua se relacionam com o estado da mãe durante o primeiro ano de vida do filho. Por exemplo, com a Lua em Capricórnio, a mãe estava provavelmente deprimida ou muito tristonha nos primeiros meses da criança — talvez mesmo sofrendo de depressão pós-parto. Vivendo nesse banho emocional, as reações do bebê ao mundo podem ser moldadas pela depressão, mesmo atingindo a fase adulta. A Lua em Escorpião pode mostrar uma mulher mais que relutante em cuidar de um bebê naquela ocasião. Ela pode mesmo ter ficado grávida no meio de uma disputa de poder com o marido. O ressentimento sentido face às necessidades da criança podem imprimir nesta uma forte tendência a ficar remoendo os pensamentos e uma verdadeira ambivalência em relação a cuidados.

Além do clima dos contatos iniciais, sua mãe moldou em você as

emoções, da mesma forma como moldou inúmeros comportamentos que você não questiona. Ela o(a) treinou — exatamente como fez com a escovação dos dentes e com as boas maneiras à mesa — por meio de conceder aprovação ou de retirá-la. Como qualquer pessoa, a mamãe tinha uma estreita zona de conforto para as emoções. Se ela dava atenção ou aprovava demonstrações de emoções específicas, essas tendiam a aumentar. Se quando você mostrava outras ela se retraía — ou mesmo castigava-o — você rapidamente aprendia a suprimi-las ou a mascará-las sob aquelas que ela conseguia aceitar.

Por exemplo, a mãe de uma criança que nasceu com a Lua em Áries tipicamente tem pouca paciência quando a criança está fazendo manha, agarrando-se ou sentindo medo. Ela pode reagir com impaciência ou até mesmo com raiva. Por outro lado, algumas dessas mães têm uma admiração dissimulada por ousadas demonstraçõezinhas de independência, assertividade ou mesmo mau gênio. Pode-se mesmo adivinhar quais dessas qualidades ela reprimiu e quais recompensou. Além disso, a raiva é contagiosa, portanto se ela era irritável e impaciente ao lidar com a criança, o resultado pode ser uma criança irritável.

Ao inverso, a mãe da criança com Lua em Capricórnio pode reagir com rígida disciplina aos ataques de birra, mas premiar a abordagem de "fazer das tripas coração". A raiva sentida pela criança ameaça fazer explodir a raiva que ela própria está sentindo, contra a qual se defende a qualquer preço; por conseguinte, a criança precisa ser detida. Ela pode bater na criança, ou pode se retrair, quando esta manifesta raiva.

Uma criança repetidamente punida por mostrar raiva, em breve terá medo de senti-la, em razão das conseqüências desagradáveis. Quando a raiva *surge*, a criança rapidamente procura contê-la ou voltá-la para dentro. Porém, os psicólogos apontam a raiva introjetada como uma importante causa de depressão — e a depressão é freqüentemente um traço vital recorrente para o indivíduo de Lua em Capricórnio. Se a mãe estava freqüentemente deprimida, conseguia aceitar e responder mais prontamente à tristeza da criança do que à raiva. Como a criança recebe mais simpatia pela depressão, essa resposta fica acentuada. Semelhante processo de aprendizagem, por meio de gratificação e punição proporcionadas pelas figuras paternas mais importantes, aplica-se igualmente a outros padrões emocionais.

Os irmãos nascidos numa mesma família podem ter diferentes signos lunares e aspectos lunares, refletindo o modo como cada um pôde experimentar diferentemente a mãe, graças as mudanças ocorridas nas circunstâncias de vida desta, da estrutura familiar e de seu estado emocional. Por exemplo, ela pode ter ficado angustiada e insegura quanto à própria capacidade de cuidar do primeiro filho, mas na altura do terceiro ser uma mãe tarimbada. Assim, o primeiro filho talvez tenha a Lua em Câncer, enquanto o terceiro a Lua em Touro.

Por que Mudar nossos Hábitos Emocionais?

Mesmo podendo ampliar a percepção pela identificação de nossos hábitos emocionais pessoais, por que deveríamos querer mudá-los? Se eles parecem mais seguros e mais confortáveis que os hábitos pouco familiares ou ameaçadores, por que nos arriscaríamos ao desconforto? Se eles estão funcionando, por que consertá-los?

Como qualquer hábito a que se recorre com excessiva freqüência, os hábitos emocionais podem se tornar um empecilho. Quando reagimos como robôs, estamos perdendo a autenticidade e vivendo uma falsidade. Há sempre um amortecimento da experiência — é o preço a ser pago — por semelhantes mentiras. Também estamos perdendo a oportunidade de melhorar a situação causadora da emoção. Sentimentos incômodos nos motivam a mudar e a crescer com mais presteza do que o fazem os sentimentos cômodos.

Suponhamos que a raiva seja para você um sentimento difícil de lidar e, assim, você a converta em depressão. Se você se encontrar em situação irritante durante qualquer período de tempo e continuar a converter a raiva em depressão, poderá terminar imobilizada. A depressão é um estado passivo, enquanto a raiva pede uma resposta ativa. (Lembre-se de que Marte significa raiva e também ação.) Quando você suprime a raiva, ignora os sinais valiosos — as bandeiras vermelhas ou a luz vermelha que pisca — indicadoras de que a situação precisa ser endireitada. Permita a si mesmo(a) reconhecer a raiva, por muito que o(a) perturbe. O desconforto pode motivá-lo(a) a se afirmar ou a agir de alguma outra forma para resolver o conflito.

Além disso, qualquer hábito pode se tornar compulsão ou vício em ocasiões de estresse, ou se transformar numa situação de vida cronicamente difícil. Todos nós conhecemos alguém que é viciado em sofrimento e, infelizmente, todos nós conhecemos um ou dois viciados em raiva — pessoas que ficam constantemente furiosas. Quanto mais os sentimentos desabonados aflorarem em resposta a uma situação difícil, mais difícil será evocarmos os sentimentos aceitáveis. Em caso extremo, aqueles se transformam num contínuo tormento. Suponha que o padrão adotado por você seja o de mascarar a raiva com a angústia. Na persistência de uma circunstância causadora de raiva, é provável que você vá ficando cada vez mais ansioso(a), até não conseguir mais funcionar.

Um dia, sob algum trânsito de um planeta exterior, a supressão e a substituição já não funcionam mais. As emoções, em cujo controle você investiu tanta energia, explodem ainda mais fortes, por terem estado tanto tempo reprimidas, e você terá de encará-las de qualquer forma. Principalmente durante os trânsitos de Saturno, Urano, Netuno ou Plutão em particular pela Lua, nós confrontamos sentimentos pouco familiares e inaceitáveis, que devemos aprender a integrar. Por exemplo, sob um aspecto difícil do trânsito de Netuno pela Lua natal, velhas defesas freqüentemente se dissolvem, inundando as pessoas de sentimentos que anteriormente haviam ocultado de si mesmas. Durante esse trânsito as pessoas com freqüência acreditam estarem sendo vítimas de ESGOTAMENTO nervoso, por terem de TRANSPOR sentimentos proibidos. (Vamos nos aprofundar em trânsito de planetas exteriores no capítulo 15.)

Quando alguém habitualmente reprime a raiva, um importante trânsito por Marte pode trazer à superfície aquela raiva tão longamente reprimida. Isso significa que o indivíduo deve encarar o arquivo morto da raiva e fazer algo com ele — de preferência, alguma coisa construtiva. O indivíduo que continua a reprimir a raiva durante esses trânsitos pode perfeitamente atrair pessoas ou circunstâncias indesejáveis que o forcem a uma confrontação com a raiva repudiada.

Em última instância, não é muito rentável a árdua tarefa de reprimir emoções incômodas e substituí-las por emoções mais cômodas. No mínimo, seria proveitoso ter a opção de conhecer ou não nossos verdadeiros sentimentos. Portanto, nós também examinaremos ferramentas que

ajudem você a se conscientizar dos hábitos indesejáveis e a desativá-los, para ter mais saúde.

Como se Pode Mudar Hábitos Emocionais Indesejáveis?

Para cada signo lunar, veremos hábitos emocionais indesejáveis — ou seja, indesejáveis quando as pessoas os evocam rígida e compulsivamente. Nós também examinaremos o novo hábito positivo que você pode adquiriu atraindo para si mais qualidades positivas daquele signo. Este novo comportamento pode ajudá-lo(a) na integração de uma faixa mais ampla de sentimentos. Principalmente durante os trânsitos principais, é possível que os hábitos antigos parem de funcionar. Você talvez precise encontrar respostas mais saudáveis, como aquelas que serão sugeridas.

Também vou sugerir uma ferramenta de cura — os florais — para mitigar os maus hábitos e fomentar hábitos positivos. Eu escrevi sobre esses remédios — também conhecidos como essências — em diversos livros, porém de forma detalhada em *Flower Remedies Handbook* (Sterling, 1992). Para os que não estão familiarizados com eles, esses líquidos ajudam a catalisar a cura e a autoconsciência, de forma suave e natural. Não devendo ser confundidos com aromaterapia ou preparações herbais, os florais são mais semelhantes à homeopatia. O campo energético ou essência da planta afeta o campo energético do indivíduo, liberando bloqueios emocionais e reparando os danos.

Os leitores com pendores científicos talvez estejam se perguntando como os remédios funcionam. Não sei como eles o fazem, assim como não sei de que modo funciona a astrologia. Entretanto, a longa experiência me convenceu que tanto a astrologia quanto os florais não só funcionam, como funcionam muito além do poder da sugestão. Os florais de Bach têm sido clinicamente testados por mais de 60 anos, em toda a comunidade britânica. Tanto os florais de Bach quanto os produzidos por diversas companhias mais modernas têm sido usados nos Estados Unidos por 20 anos e até mais. Países do Terceiro Mundo, como o Brasil e a Argentina, começaram a adotá-los com entusiasmo; há mais de 3.000 praticantes autorizados na Argentina.

Além disso, você talvez fique mais confiante ao saber da realização de

uma pesquisa rigorosamente controlada em que os efeitos dos florais de Bach foram estatisticamente significativos. Para a dissertação de doutoramento, Michael Weisglas selecionou três grupos de pessoas. Um grupo recebeu uma mistura de quatro remédios, outro recebeu sete remédios e outro, um frasco de placebo. (Não continha remédio algum, mas era impossível distingui-lo dos outros.) Weisglas aplicou um teste psicológico em todos os participantes, antes de tomarem os remédios; depois, outro teste, após três semanas e novamente testou-os após seis semanas. O grupo do placebo não se alterou, portanto foi eliminada a hipótese do poder da sugestão. O grupo que recebeu os quatro florais melhorou significativamente em auto-estima, bem-estar, criatividade e outras qualidades positivas. O grupo que recebeu os sete florais teve mais dificuldade.[3] (Atribuo isso ao fato de os remédios dos participantes não terem sido selecionados individualmente, fator cuja importância cresce com o número de remédios da mistura.)

Esclareçamos que os remédios não anulam os sentimentos. Eles não são Prozac em forma líquida. Eles ajudam você a ficar consciente de seus verdadeiros sentimentos e a elaborá-los mais rapidamente, sem sufocá-los nem agarrar-se a eles. Por exemplo, florais para o desgosto, como o **Hackberry**, fabricado pela Desert Alchemy, ou o **Bleeding Heart**, da Flower Essence Society, não removem seu desgosto. Entretanto, eles ajudarão você a elaborar o estado de consternação sem ficar aprisionado(a) a nenhum dos estágios, sem precisar congelar a tristeza, e ter de confrontá-la dentro de alguns anos. Eles também ajudam a resolver emoções e experiências difíceis, de uma forma saudável e freqüentemente espiritual. Os florais ajudam você a se reconciliar com aquela morte. Talvez você se incline a liberar aquela pessoa, para que ambas possam continuar a evoluir.

Um fato a saber sobre o trabalho com florais é que às vezes, com uma nova mistura — principalmente a primeira — você talvez vivencie uma catarse no primeiro dia. Suponha que queira elaborar a indignação que lhe inspira o modo como seu chefe trata as mulheres, portanto você toma o floral de Bach, **Vervain**. Em vez de esfriar, você talvez se sinta mais inflamada durante alguns dias, enquanto vai sendo evocada a irritação

[3] Extraído de *The Flower Essence Journal, v.1:1,* 1980, pp. 11-14. Publicado pela Flower Essence Society

que você vem suprimindo para conviver no trabalho. Esse fenômeno, chamado de crise da cura, verifica-se em muitos esforços de recuperação, até e inclusive na psicoterapia convencional. Às vezes, é uma catarse necessária — como uma discussão que desanuvia o ar num relacionamento. Às vezes só parece piorar, porque você escolhe encarar no olho suas emoções, em vez de continuar se escondendo delas por mais tempo. Os florais não podem causar nada que já não seja parte de você, mas eles podem aumentar sua percepção em relação àqueles elementos. Muitas vezes sugeri que as pessoas que trabalham fora comecem a tomar os florais no fim de semana, quando teriam mais tempo na intimidade para processar quaisquer reações.

De todo modo, isso não acontece a todo mundo, nem o tempo todo. Caso lhe aconteça, reduza para uma ou duas doses diárias, até se sentir melhor. Os dias de folga são freqüentemente a melhor época para começar os florais, pois lhe darão alguns dias para elaborar a reação. No caso do **Vervain**, o remédio, quando começar a fazer efeito, não o(a) impedirá de estabelecer discriminação; contudo, poderá ajudá-lo(a) a ver mais claramente que ações empreender. Você também será capaz de empreender essas ações calmamente, com menos risco de perder a capacidade de discriminação.

Com freqüência, durante a elaboração, com os florais, de alguma questão importante, as camadas irão surgindo pouco a pouco, de modo que pode ser necessário mais de uma mistura. O sentimento de luto freqüentemente contém componentes de choque, tristeza, culpa, ressentimento ou a vontade de acompanhar na morte a pessoa amada. As sucessivas misturas podem ir tratando cada nova camada à medida que for surgindo, ao mesmo tempo que continua a trabalhar sobre questões que não estão completamente resolvidas. Os florais não são uma varinha mágica, nem uma droga instantânea, mas catalisam a mudança. Para se ter uma idéia mais clara do que eles fazem, e do que não fazem, eis aqui um trecho de um *ra*p que compus sobre os florais de Bach.

Eu não vou dizer
que é tudo na hora
que bastam umas gotas
e o problema foi embora.

Não é bem assim —
você tem de trabalhar.
você tem de ficar firme
não pode vacilar
nessa responsa
por sua própria cura.
Vacilar é roubar,
é roubar sua saúde.
Mas se você usar um pouco dessas gotas,
vai logo melhorar.
E cresce a consciência
e se partem as correntes
de seus velhos vícios, e
você vai se tocar
que pensar virou prisão,
mas você já se libertou.

Os remédios florais não servem para qualquer pessoa, logo, se acha que eles iriam exigir demais de você neste momento, deixe de lado as seções de florais nos vários capítulos. Você talvez volte a eles mais adiante, quando a estranheza da idéia passar. Quanto a este capítulo, não deixe de ler a descrição de seus próprios hábitos emocionais, listados sob seu próprio signo lunar, na parte final.

Como e Usar os Florais?

Desses remédios, os mais antigos e bem pesquisados são os da empresa Bach, desenvolvidos nos anos 30 e documentados desde aquela época. Os florais de Bach se encontram à venda em muitas lojas de produtos naturais, principalmente o famoso floral **Rescue Remedy**, preparado para as emergências. Além de Bach, apoiaremo-nos aqui em diversas outras empresas. Uma fonte importante é a Flower Essence Society (FES), que desde os anos 70 fabrica os chamados "florais da Califórnia" nos Estados Unidos.

Uma empresa que está se firmando nos anos 90 também nos EUA é

a Desert Alchemy, que fabrica essências a partir de cactos e outras plantas do deserto. Essas plantas, que sobrevivem ao calor escaldante e à seca, possuem uma intensa força vital, na qual as essências se baseiam. A água representa as emoções e o deserto é tudo menos molhado. Mesmo assim, essas essências podem ser muito proveitosas para se lidar com as emoções. Meus clientes aquosos — isto é, aqueles excessivamente emocionais, com importantes planetas em Câncer, Escorpião ou Peixes — pelo visto acham úteis essas essências. Ao tomá-las, eles liberam mais rapidamente — e com menos perturbações — sentimentos e padrões aos quais anteriormente teriam se agarrado. Juntamente com as essências individuais, mencionaremos as combinações previamente misturadas da Desert Alchemy.

Quando você compra um floral, provavelmente ele vem sob forma concentrada, chamada "matriz". Neste caso você precisará de um frasco de vidro escuro com conta-gotas — do tipo que vem com as gotas nasais — obtido na farmácias ou nas empresas que trabalham com florais. Coloque no frasco 4 gotas de cada concentrado, juntamente com 30 ml de água de fonte. Agite o frasco 100 vezes para dispersar a mistura. Tome 4 gotas da mistura 4 vezes ao dia, a não ser que sua intuição lhe oriente a tomar doses menores. (Se você se sente mais seguro(a) pedindo a um especialista que selecione seus florais, a maioria das empresas faz consultas por correspondência, mediante pagamento de uma taxa.) Com essa ferramenta, decididamente, menos é mais. Você obtém uma resposta ideal ao tomar a versão diluída, em vez de tomar o concentrado. A exceção é durante uma sessão ou cerimônia de cura. Com um a três frascos da mistura você passará por um processo de adquirir mais percepção quanto a seus sentimentos, além de *insights* quanto à causa deles. Você irá liberar bloqueios emocionais e, pouco a pouco, irá adquirindo meios de lidar com essas emoções.

Em caso de depressão profunda ou outros problemas emocionais sérios, naturalmente, você precisa consultar um psicoterapeuta qualificado. Você provavelmente também desejará passar por uma avaliação física completa, já que desequilíbrios físicos podem produzir desequilíbrios emocionais. Os florais não substituem a psicoterapia, o cuidado clínico ou a medicação, quando necessária. Entretanto, muitos terapeutas os consideram um frutífero coadjuvante no processo. Embora eu pretenda

sugerir remédios úteis ao longo de todo o restante do livro, as descrições serão necessariamente breves. Para saber se uma essência específica se aplica a você, consulte os catálogos das empresas e a literatura pertinente, para uma descrição mais completa.

Florais de Uso Geral para Lidar com o Emocional

É neste ponto que as diferenças entre os florais de Bach e os florais mais modernos se tornam óbvias. Os ingleses da época de Bach também pertenciam à escola dos que faziam das tripas coração, portanto eu não consigo florais de uso geral para integração das emoções. Entretanto, estes são florais para reações específicas como medo, desalento e ódio. Como o dr. Bach desenvolveu seus remédios no clima de medo e desalento que acompanhou a Grande Depressão dos anos 30, eles contêm um detalhado espectro de florais para essas duas emoções. Até conhecer o kit de Bach eu nunca havia percebido a existência de tantos tipos diferentes de desânimo. É quase como no meio dos esquimós, que têm dezenas de palavras para os diversos tipos de neve.

Por outro lado, a FES criou muitos de seus florais durante o movimento do Potencial Humano dos anos 70. Naquela época, massas de pessoas estavam indo fazer terapia pela primeira vez ou estudando psicologia e aplicando essas idéias a si mesmas. Talvez você ache os remédios deles mais aplicáveis às questões dos planetas interiores. Eles também oferecem apoio para expressões construtivas de Netuno, como criatividade e desenvolvimento mediúnico. (Os florais de Bach, por outro lado, incluem muitas das expressões do pleno espectro de Marte, Saturno e Plutão.) Com referência à Lua, o kit da FES contém diversos remédios importantes para compreensão, processamento e integração do pleno espectro emocional. Eles podem ser tomados juntamente com remédios para emoções específicas.

O floral, **Black-Eyed Susan**, desse laboratório, ajuda as pessoas que têm resistência a examinar as próprias emoções, principalmente as menos aceitáveis. Fuchsía é para aqueles que mascaram seus verdadeiros sentimentos com histeria generalizada, hiperemotividade ou doenças psicossomáticas. O floral, **Scarlet Monkeyflower** é para quem fica guardando

sentimentos até eles explodirem. A essência ajuda essas pessoas a deixarem o ciclo por um outro em que examinam e lidam com suas reações honestamente, à medida que estas vão surgindo. Ao longo de toda a presente discussão, recorrerei às explanações dadas no *Flower Essence Repertory*, dessa empresa, obra referencial valiosa para quem quer que esteja trabalhando com os florais deles e os de Bach.

A empresa Desert Alchemy também tem diversos florais de utilidade geral para transformação dos hábitos emocionais. Aqui estou citando as descrições do catálogo, escrito pela co-fundadora Cynthia Kempe, que me autorizou a tanto. (Cynthia, versada em astrologia, fez sugestões de florais ao longo deste capítulo.) Por exemplo, **Violet Curls** ajuda a reconhecer e processar os sentimentos no instante em que surgem, para que não se crie um acúmulo. O floral alivia a congestão no corpo emocional, equilibrando-o para que funcione em harmonia com os corpos físico e mental. **Ocotíllo** é útil para aqueles cujos sentimentos subconscientes entram em erupção de forma incontrolável. Esse floral ajuda as pessoas a compreenderem e aceitarem seus sentimentos, sem serem por eles vitimizadas. **Cardon** libera intensas energias para mudanças enquanto os sentimentos reprimidos são destrancados, de modo a transformar o lado sombrio numa fonte de energia. Duas combinações da Desert Alchemy também são úteis: **Experiencing One's Feelings e Emotíonal Awareness Formula**.

Esses remédios da FES e da Desert Alchemy ajudam a expandir seu escopo emocional. Eles podem ser especialmente proveitosos durante a psicoterapia ou o trabalho de cura. Dão sustentação ao processo pela elaboração mais pronta das camadas de sentimentos, deixando-as menos propensas à estagnação em vários patamares. Eles são úteis se tomados juntamente com os florais para emoções específicas. Imagine que você está trabalhando para liberar um acúmulo de sentimento de culpa, e assim, toma o floral de Bach, **Pine**. O acréscimo do **Black-Eyed Susan** irá ajudar você a ficar mais à vontade com seu lado sombrio. Desse modo, você poderá mais facilmente encarar e lidar com as transgressões em concreto, sem ter a tendência a se agarrar à culpa. O resultado final é espiritual, no sentido que você não abre mão da consciência, nem deixa de se sentir culpado(a) quando isso for adequado. Ao contrário, você reconhece mais rapidamente em que momento fez alguma coisa da qual

não se pode orgulhar, e trabalha para corrigi-la. Você aprende com os erros, porém já não é mais perseguido(a) pela culpa.

Hábitos Emocionais dos Doze Signos Lunares

Agora vamos examinar os signos lunares e seus hábitos. Além de seu signo lunar, confira os signos regidos por qualquer aspecto fone de sua Lua, principalmente as conjunções. No último capítulo, você aprendeu a localizar essas correspondências. Quem tem a Lua em Leão e nasceu enquanto Plutão estava em Leão pode ter uma conjunção de Plutão com sua Lua. Muitas dessas pessoas se parecem mais com a descrição da Lua em Escorpião. Certos indivíduos de Lua em Câncer, nascidos com Urano em Câncer, talvez achem que se identificam fortemente com os padrões descritos para a Lua em Aquário. Os de Lua em Libra em conjunção com Netuno podem ter algumas características piscianas. Um aspecto difícil de Marte pode dar a você alguns traços da Lua em Áries, e uma conjunção de Vênus com a Lua pode dar algumas qualidades librianas.

Para cada hábito, florais de várias empresas estarão mencionados entre parênteses. Fornecer uma completa descrição de seus usos pediria um outro livro, mas cada um deles ajuda a resolver o padrão em questão. As listas são apenas sugestões, e podem estar corretas, ou não, para certo indivíduo com aquele signo lunar, numa dada ocasião. Para uma compreensão mais completa dos vários florais, consulte os catálogos e a literatura de referência de cada empresa, ou meu próprio livro sobre o assunto. Com o auxílio de um pêndulo, um reflexo muscular ou outro teste qualquer, confira as seleções feitas, se souber como fazê-lo. Acrescente florais para integração emocional, como **Fuchsia** ou **Violet Curls**, para realçar a mistura e acelerar a cura. Alguns padrões e florais se aplicam a mais de um signo, principalmente dentro do mesmo elemento.

Lua em Áries: Um típico hábito emocional diante de crises ou desafios é responder com raiva, em lugar de sentimentos indesejados como medo, carência ou inadequação. (Florais sugeridos para esse padrão incluiriam, **Impatiens**, de Bach; **Scarlet Monkeyflower**, **Tiger Lily** ou **Snapdragon**, da FES; **Compass Barrel Cactus** ou **Mala Mujer**, da Desert Alchemy)

Outro hábito é saltar para a ação — agindo compulsivamente, para evitar qualquer gênero de sentimentos. Isto é diferente do hábito de trabalho compulsivo dos virginianos, pelo fato de Áries não valorizar necessariamente a produtividade, mas tão só a ação. Qualquer ação basta, até mesmo ficar rodando de carro horas a fio em alta velocidade, sem qualquer propósito. (Florais que ajudariam esse padrão incluem **Fairy Duster**, **Jumping Cholla Cactus**, da Desert Alchemy e suas fórmulas combinadas, **Unwínd — Integrating Being and Doing**).

UM NOVO HÁBITO POSITIVO a ser cultivado por quem tem a Lua em Áries: enfrente seus sentimentos com tanta coragem e vitalidade quanto as que emprega em qualquer iniciativa nova.

Lua em Touro: Uma forte tendência de quem tem Lua em Touro, quando confrontado com uma crise ou sentimentos indesejados é recuar, com uma obstinada recusa à mudança. (Florais que ajudam são **Chestnut Bud**, de Bach, para os que se recusam a aprender com seus caos; Cayenne, da FES; **Desert Willow**, da Desert Alchemy, para criar flexibilidade emocional e aceitar a mudança, e **Wind and Storm**, uma combinação elaborada da Desert Alchemy.)

Quem tem a Lua em Touro também evita os sentimentos, agindo como consumidor compulsivo ou comedor compulsivo. Uma emoção específica que eles evitam dessa forma é a sensação de privação, ou o medo de passar necessidade. Esse padrão inclui gastar dinheiro compulsivamente, para preencher o vazio. (Florais úteis nesse caso são **Hedgehog Cactus**, fabricado pela Desert Alchemy, e **Hound's Tongue**, da FES.)

Para quem tem a Lua em Touro, UM NOVO HÁBITO POSITIVO seria cuidar de seus sentimentos com o mesmo amor com que cuida de seu jardim.

Lua em Gêmeos: Um hábito é o de se pendurar ao telefone ou na Internet, e passar horas e horas falando sobre tudo que lhe vem à mente. Falar compulsivamente pode ser um modo de manter à distância as emoções — ou, aliás, a intimidade. (**Cosmos** ou **Calendula**, da FES, podem ajudar o tagarela, como também **Foothills Paloverde**, fabricado pela Desert Alchemy.)

Conforme mencionamos anteriormente, os que têm a Lua em Gêmeos

também racionalizam suas emoções. Eles podem freqüentemente falar de forma articulada sobre sentimentos, analisando-os e rotulando-os. Nomeá-los não é a mesma coisa que senti-los. (Para esse padrão, experimente **Emotional Awareness Formula**, da Desert Alchemy, ou **Foothills Paloverde** ou *Isopogon* fabricado pela Australian Bush Flower Essences.)

UM NOVO HÁBITO POSITIVO seria manter o diálogo com seus sentimentos. Escrevê-los também ajudaria. Interesse-se por eles.

Lua em Câncer: Embora as lágrimas possam ser expressões legítimas de emoção, o choro freqüente pode servir de manobra defensiva. Exatamente como os com a Lua em Áries freqüentemente têm raiva quando necessitam chorar, os com a Lua em Câncer choram quando necessitam ter raiva. "Eu não estou zangada, só estou magoada." (Os chorões podem precisar de **Fuchsia**, da FES; **Windflower**, da Pacific Essences; ou **Milk Thistle**, da Pegasus. O floral **Water Formula**, ou o **Emotional Awareness Formula**, da Desert Alchemy, pode ser útil para todos os signos de água, regulando e equilibrando as emoções.)

Viver no passado é outro tema comum aqui, como meio de evitar as emoções provocadas pelas dificuldades de hoje. Nostalgia ou saudade podem funcionar como fuga. (**Honeysuckle**, de Bach, é o principal floral para esse padrão, mas a Desert Alchemy também sugere **Arizona White Oak**, ou **Lilac.**)

À semelhança de Touro, muitos que têm a Lua em Câncer recorrem à compulsão de comer como maneira de evitar os sentimentos, principalmente o ódio ou a carência. (Florais que ajudam são **Milkweed** e **Mariposa Lily**, da FES; **Hedgehog Cactus**, **Milky Nipple Cactus**, ou **Inner Mother Formula**, da Desert Alchemy.)

UM NOVO HÁBITO POSITIVO para os que têm a Lua em Câncer seria cuidarem de si mesmos, ao mesmo tempo que analisam os próprios sentimentos. Um ato de cuidado seria dar atenção ao ninho, já que cuidar da casa pode fazê-lo(a) sentir-se melhor quando está triste ou consternado (a). (O floral **Angel Wing Begonia**, fabricado pela Desert Alchemy, pode ajudar você a cuidar de seu ninho.)

Lua em Leão: Um padrão primário é fazer boa cara e esconder os próprios sentimentos para que os demais não possam vê-los. Rir por fora,

enquanto se morre por dentro. Para abrir mão da fachada, experimente **Agrimony**, de Bach, ou **White Desert Primrose**, ou a combinação, **Embracing Humanness**, da Desert Alchemy.)

Inversamente, fazer drama ou escarcéu é uma maneira de atrair a atenção, ao mesmo tempo que leva o foco para longe das questões reais e dos sentimentos menos exaltados e teatrais. (Os florais para remover esses padrões incluem **Chicory**, de Bach, e **Crisis Formula**, ou **Fairy Duster**, da Desert Alchemy.)

UM NOVO HÁBITO POSITIVO: Use psicodrama ou técnicas gestaltistas para deixar que sejam ouvidos os sentimentos menos ruidosos.

Lua em Virgem: Criticar e achar defeitos, principalmente em questões menores, pode servir de cortina de fumaça para outros sentimentos, como a decepção. (Para mudar o hábito de ser excessivamente crítico(a), use **Beech**, de Bach, ou **Mala Mujer**, **Strawberry Cactus** ou **Recognizing and Releasing Judgement and Denial**, da Desert Alchemy.)

Não lhe espantará descobrir que trabalhar em excesso é um dos maus hábitos emocionais de quem tem a Lua em Virgem. O vício do trabalho é com freqüência uma fuga conveniente da confrontação de questões importantes na vida pessoal desses indivíduos e um modo de evitar emoções perturbadoras. (Os que trabalham em excesso podem encontrar alívio em **Aloe Vera**, da FES, **Rock Water** ou **Oak**, de Bach e a fórmula combinada **Unwind — Integrating Being and Doing**, preparada pela Desert Alchemy.)

Quando outras defesas falham, esses nativos ficam doentes. A pessoa com a Lua em Virgem pode expressar sentimentos por meio de problemas psicossomáticos, tendo com freqüência um ou mais órgãos vulneráveis que funcionam mal. (Os que têm problemas psicossomáticos podem aprender a integrar suas emoções usando, **Fuchsia**, ou **Self Heal**, da FES, ou **Strawberry Cactus**, ou **Star Primrose**, da Desert Alchemy.)

Nativos com a Lua em Virgem: muitos de vocês têm hábitos tão bons de trabalho e saúde, mas eis aqui um hábito a experimentar para sua saúde emocional. Trabalhe tanto para se permitir sentir — e sentir plenamente — quanto você é capaz de trabalhar em qualquer outro empreendimento que valha a pena. (Experimente a combinação, **Embracing Humanness**, preparada pela Desert Alchemy)

Lua em Libra: Uma resposta automática é preservar a paz a qualquer preço, portanto eles reprimem o conflito e qualquer outra emoção que possa balançar o barco. Eles também tentam mascarar as situações, exercendo o considerável encanto de que são dotados. (Remédios úteis podem ser **Agrimony**, de Bach, ou **Trumpet Vine e Goldenrod**, da FES, ou **Hoptree**, ou **Canyon Grapevine**, da Desert Alchemy.)

Procurar compulsivamente amor e afeição pode se tornar um vício, usado para remover o medo, a tristeza e outras emoções dolorosas. (Experimente **Pink Yarrow**, da FES, **Centaury** ou **Chicory**, de Bach, e as fórmulas da Desert Alchemy: **Unconditional Love and Support** e **Making and Honoring Boundaries**.)

UM NOVO HÁBITO POSITIVO a ser cultivado por quem tem a Lua em Libra seria fazer as pazes até mesmo com os sentimentos negativos. Aprenda a equilibrar todos aqueles sentimentos calorosos e maravilhosos com os outros que são mais difíceis de aceitar. (Use **Cardon**, da Desert Alchemy.)

Lua em Escorpião: O ressentimento pode se tornar mais do que um hábito, ele pode ser um estilo de vida para esse nativo. Ficar passando e repassando suas queixas e as injustiças que lhe foram feitas pode ser uma maneira de continuar pendente da pessoa pela qual se interessou anteriormente. Isso também o poupa de processar a tristeza por trás da perda. (**Willow**, de Bach, é uma importante ferramenta de transformação para o ressentimento. Com freqüência, esse floral é acompanhado de remédios para o desgosto, como **Bleeding Heart**, ou **Yerba Santa**, da FES, ou **Hackberry**, ou **Crown of Thorns**, ou **Compass Barrel Cactus**, da Desert Alchemy.)

Para alguns, desforrar-se pode ser uma reação automática. Retaliar, ou agarrar-se à idéia de vingança muitos anos depois, é um nível ainda mais tóxico do ressentimento. Faz lembrar o ferrão do escorpião. (Um floral, cujo uso seria muito importante — e transformador da vida — é **Holly**, de Bach, ou, para facilitar o perdão, **Mountain Wormwood**, da Alaskan Flower Essence Project. Também podem ser proveitosos os florais **Inmortal** ou **Compass Barrel Cactus**, da Desert Achemy.)

Outro hábito muito freqüente pode ser se retrair e isolar, para não serem vistos num estado emocional. Eles também são protegidos assim de maiores conflitos ou vulnerabilidades. (Remédios contra o isolamento

incluem **Shooting Star**, ou **Mariposa Lily** da FES, e **Mesquite** e **Teddy Bear Cholla**, da Desert Alchemy.)

UM NOVO HÁBITO POSITIVO seria transformar os sentimentos negativos, permitindo-lhes fluir através de você, em vez de agarrar-se a eles. No processo, eles irão se transmutar em outra coisa. (Florais que apóiam essa atitude seriam **Water** ou **Emotional Awareness**, fórmulas da Desert Alchemy.)

Lua em Sagitário: Filosofar sobre situações perturbadoras, em vez de vivenciá-las e verdadeiramente processá-las pode se transformar num hábito. Se as reações não são cósmicas nem iluminadas, devem ser jogadas fora! Os jupiterianos são especialmente propensos a empurrarem para longe os sentimentos — principalmente os de derrota — pela projeção de uma atitude falsamente otimista. (Experimente **Star Primrose**, da Desert Alchemy ou **Agrimony**, de Bach.)

Jogos de azar, excesso de indulgência ou riscos excessivos podem ser um modo viciado ou compulsivo de evitar os sentimentos ou as questões. (Para padrões de cometer excessos ou assumir riscos mal-avaliados, experimente **Four Leaf Clover**, da Pegasus, **Cherry Plum**, de Bach ou **Harmonizing Addictive Patterns**, **Klein's Pencil Cholla** ou **Hedgehog Cactus**, da Desert Alchemy)

UM NOVO HÁBITO POSITIVO: Reconheça o processamento de suas emoções como uma ferramenta para expansão e crescimento. Descubra o que o mais recente guru pessoal está dizendo e veja como isso se aplica a você — mas não ensine aos outros até que tenha dominado por si mesmo essa arte.

*Lua em Capricó*rnio*:* Um hábito primitivo, embora doloroso, é a depressão, principalmente como modo de evitar a raiva. A depressão pode viciar. (Se o ódio for a emoção reprimida, experimente **Scarlet Monkeyflower**, da FES. Bach tem muitos florais para a depressão. Consulte os livros para descobrir aquele que se aplica à sua situação específica. A Desert Alchemy oferece **Inmortal, Rainbow Cactus** e **Experiencing One's Feelings**.) Por outro lado, a depressão crônica ou clínica pode exigir tratamento.

Os que têm a Lua em Capricórnio trabalham muito para conseguir posição social e segurança, exatamente como os que têm o Sol em

Capricórnio. Entretanto, quando surgem as emoções indesejadas, podem reagir trabalhando ainda mais. (**Rock Water**, de Bach, é um remédio importante para o vício do trabalho. Como quem tem a Lua em Virgem, eles podem se beneficiar do uso de **Aloe Vera** ou da fórmula **Unwind — Integrating Being and Doing**, da Desert Alchemy.)

Assumir o controle é um hábito de quem tem a Lua em Capricórnio ou Escorpião, embora cada um deles o faça por uma razão diferente. Para Escorpião, a questão é poder versus impotência, ao passo que para Capricórnio o controle garante a segurança e comprova a competência do indivíduo. (Experimente **Vine**, de Bach, ou **Strawberry Cactus** ou **The Universe Handles the Details**, da Desert Alchemy.)

UM NOVO HÁBITO POSITIVO a ser criado, com toda a disciplina que Capricórnio consegue reunir: em vez de se afundar na depressão, fique firme e permita que seus verdadeiros sentimentos aflorem. (**Hackberry**, da Desert Alchemy)

Lua em Aquário: Um hábito primário é a intelectualização, como artifício de trancar os sentimentos. Isto parece com a atitude dos que têm a Lua em Gêmeos, porém mais cerebral — mais parecido a Gêmeos com doutorado. Emoções brutas não são suficientemente iluminadas para que eles as tenham. (Remédios úteis incluem **Nasturtium**, da FES, **Isopogon**, da Australian Bush Essences, e **Foothills Paloverde**, ou **Embracing Humanness Formula**, da Desert Alchemy.)

Os aquarianos são diferentes dos mortais comuns e freqüentemente se convertem no alvo de reações negativas, por não serem conformistas. Para evitar sentimentos de insegurança social, rejeição ou timidez, freqüentemente se tornam altaneiros ou retraídos, ou reagem com sentimento de superioridade. (Experimente **Water Violet**, de Bach, ou **Teddy Bear Cholla**, ou **Mesquite**, da Desert Alchemy.)

Tendo abafado e negado seus sentimentos por tempo demasiado, as pessoas que têm essa Lua podem periodicamente explodir para liberá-los. Isto é muito diferente do dramalhão de quem tem a Lua em Leão, pelo fato de que as platéias não têm valor positivo — na verdade, pode haver constrangimento por se ter perdido a calma. (Especialmente útil seria o floral **Recognizing and Releasing Judgement and Denial**, da Desert Alchemy, talvez em combinação com **Scarlet Monkeyflower**, de FES.)

UM NOVO HÁBITO POSITIVO: De às suas emoções direitos iguais de existirem, em vez de estar sempre favorecendo o intelecto.

Lua em Peixes: Um padrão importante para a Lua do signo, quando confrontada com emoções indesejadas, é entrar em órbita. Isso pode assumir a forma de devaneio ou fantasia — ou um sentimento nebuloso, de estar perdido no espaço. Ao ser confrontado com uma situação perturbadora, o nativo pode reagir como uma lente que sai de foco. Freqüentemente, eles não fazem a menor idéia da razão pela qual se sentiram subitamente tão avoados. Instantaneamente, invertem o sentimento em "Este mundo é horrível e meu lugar não é aqui. Por que nasci? Zangado? Eu não; sou espiritual demais para ficar zangado." (O **Clematis**, de Bach é o remédio exato para esse tipo. Também podem ser úteis **Fawn Lily**, **St. John's Wort**, da FES, ou **Sacred Datura**, da Desert Alchemy.)

Drogar-se ou embebedar-se pode se transformar em hábito, e até em vício, quando se recorre a ele com muita freqüência. (Embora ninguém possa alegar que o uso exclusivo de florais possa curar os vícios, algumas essências úteis são **California Poppy** e **Morning Glory**, da Pegasus, e **Morning Glory Tree**, e a fórmula **Harmonizing Addictive Patterns**, da Desert Alchemy.)

Sentir pena de si mesmo pode se tornar um mau hábito ou mesmo um vício. Existe gratificação narcísica para quem faz o gênero mártir, mas tal atitude impede você de partir para uma ação eficaz no sentido de melhorar a situação. (Quando surge este padrão, tome **Chicory** ou **Heather**, de Bach, ou **Inmortal ou Weaving Spine Pineapple**, da Desert Alchemy.)

Qual é o NOVO HÁBITO POSITIVO que você pode cultivar? Como maneira de ter uma perspectiva de seus sentimentos, preste serviço aos demais que tenham um problema igualou parecido. Ouça-os contar suas histórias e você descobrirá com freqüência que seus próprios sentimentos são muito semelhantes. A autocomiseração pode desaparecer se você ouvir as pessoas que estão em estado muito pior do que o seu. (**Larkspur**, ou **Trillium**, da FES, pode ajudar o desenvolvimento de liderança positiva e do sentido de serviço.)

CAPÍTULO 6

FERRAMENTAS EM PUNHO — RASTREAR A LUA FACILITA A VIDA

Não, nós não estamos nos preparando para uma aula de vídeo sobre mecânica ou carpintaria. Todavia nós só estamos tirando do armário nosso kit de ferramentas com chaves e alicates astrológicos. A vida ficará muito mais fácil se você acompanhar as correntes lunares, em vez de ficar tentando nadar contra elas. O mundo solar lhe ensinou a se recriminar quando não consegue, todo santo dia, produzir com o mesmo ritmo acelerado, chova ou faça sol, seja inverno ou verão. Quando você não atinge a quota devida, fica se perguntando que problema estará tendo — por que, por exemplo, está tendo dificuldades em destroçar números quando a Lua está em Peixes. Autoflagelar-se não melhora a produtividade, porém aumenta o estresse. Você precisa saber quando é a melhor época para fazer as coisas. Precisa saber quando o melhor a fazer é não fazer nada. Precisa saber quando descansar. Não existe manual para isso no mundo solar, mas a astrologia tem um assim. Ele se chama Efemérides.

Como Utilizar os Ritmos Lunares

Esteja atenta à fase da Lua que estamos atravessando e como ela se relaciona com o corpo e a mente. Quando não estamos sintonizados com essas fases, podemos nos esforçar demais, a ponto de ficarmos exaustos ou desestimulados. Atividade durante a Lua crescente se equilibra com repouso e reflexão na Lua minguante.[1]

[1] Kathleen Rathbone. "The Lunar Cycle as SymboI and Affirmation", *Womanspirit*, v.2-8, verão de 1976, p.51.

A Lua atravessa os doze signos do zodíaco em sua órbita mensal. Você pode acompanhá-la por intermédio de um calendário astrológico ou Efemérides. Evidentemente, um calendário não é capaz de atender os tipos de problemas sociais que estamos enfrentando, porém pode ser uma ferramenta útil na redução do estresse. Seguir os ciclos mensais e anuais da Lua nos ajuda a manter o equilíbrio emocional, de modo a reduzir nossos níveis de estresse. Já verificamos quão intensamente a Lua, como força física, afeta nossos ritmos e emoções. Para trabalhar com esses ritmos naturais, vale a pena prestar mais atenção à Lua. *Resistência* e *atrito* ao idéias provenientes da física, mas que também se aplicam à astrologia. Fazer as coisas durante um signo lunar avesso ao resultado que você deseja conseguir, produz um atrito interno que pode ser desgastante. Quando você trabalha contra o fluxo das energias lunares, trabalha mais e com menos eficácia do que quando trabalha a favor delas.

O ciclo lunar tem duas partes: 1) a Lua *crescente*, período que vai da Lua nova à cheia, quando a Lua aumenta em luminosidade; e 2) a Lua *minguante*, período entre a Lua cheia e a próxima Lua nova, em que a Lua está decrescendo. A fase crescente é supostamente melhor para as atividades ligadas a novos projetos, atividade espontânea física e instintiva e questões mundanas. A Lua minguante é melhor para avaliar e completar o trabalho iniciado na primeira metade do ciclo. Ela também pode ser usada para a criatividade, o planejamento, o repouso e a reflexão.

Muitos astrólogos acreditam que os melhores dias para tomar decisões e implementar novos projetos é imediatamente após a Lua nova, já que a claridade mais intensa surge após a fase reflexiva da Lua minguante. (Não se recomenda o próprio dia da Lua nova. Em vez disso, espere ao menos 24 horas.) Atividades e padrões iniciados nessa ocasião tendem a persistir por todo o ciclo, portanto, cuidado com as sementes que plantar. Se você estiver informado(a) do signo da Lua nova e da casa que ela ativa em seu mapa astral, o planejamento poderá ser ainda mais sintonizado com os ritmos naturais. (A segunda metade deste capítulo descreve um método para utilização em beneficio próprio das Luas nova e cheia.)

A Lua cheia é espiritualmente poderosa e pode trazer grande percepção intuitiva, se usada para meditação ou outras atividades.(Lembre-se da precaução de meditar em grupo na Lua cheia, e não a sós, para maior equilíbrio.) Tanto a Lua cheia quanto a nova são boas para trabalhos em

questões lunares. A astrologia ajuda a localizar áreas problemáticas, mas até mesmo o leigo certamente deve ter identificado questões urgentes, enquanto vai lendo os vários capítulos.

Um cronometrista é a Tabela das Horas Planetárias, conhecida dos astrólogos desde a Antiguidade como recurso para programar atividades visando aos melhores resultados. Cada planeta está relacionado a um dia da semana e a certas horas do dia. Considera-se mais eficaz tratar de assuntos ligados à Lua durante as horas lunares, ou na segunda-feira. Como as horas são contadas a partir do nascer do sol, a hora lunar exata depende da estação. (Almanaques e revistas de astrologia, como *Dell Horoscope* freqüentemente publicam uma tabela atualizada.)

Há uma massa substancial de informação sobre os melhores signos lunares para execução de uma série de tarefas comuns. Outrora, donas de casa e fazendeiros se baseavam assiduamente nessa tradição e obtinham os melhores resultados no plantio e em outras atividades domésticas importantes. O anuário dos signos lunares, de Llewellyn, está cheio de artigos sobre essas práticas, além de fornecer as melhores e as piores datas.[2]

Calendários com anotações derivadas da astrologia, como o *Celestial Influences*, de Jim Maynard, ou o *Daily Planetary Guide*, de Llewellyn fornecem o signo e os aspectos principais da Lua a cada dia. (Você pode comprá-los numa loja de produtos esotéricos ou pedir que encomendem.) A palavra *zodíaco* é uma palavra grega que significa "cinturão de vida", portanto o ciclo formado pelos doze signos abrange todas as áreas da vida. Observar diariamente os signos lunares ajuda você a sintonizar os ritmos internos, as marés energéticas que todos nós experimentamos. Ao observar a si mesmo(a) enquanto a Lua atravessa diferentes signos, você saberá qual a melhor ocasião para empreender diversas atividades. Seguir a Lua através de seu mapa natal produzirá os melhores resultados. Mesmo sem isso, você pode derivar informações úteis da posição da Lua a cada dia. Com o passar do tempo, vá observando como cada signo lunar afeta sua personalidade, inclusive quais são os melhores signos

[2] Você pode encontrar o *The Moon Sign Book*, em lojas de produtos esotéricos, ou discar 1-800-THE-MOON. Informação semelhante pode ser derivada do incrível programa, The Electric Almada, da Matrix Software. Por módicos $14.95, ele contém um relógio astrológico que mostra atuais posições planetárias, biorritmos, o I Ching e faz uma leitura do Tarô. Para encomendar, disque 1-800-PLANETS.

para você e quais são aqueles em que se encontra prejudicado(a). Essa é uma questão altamente individual, ligada às posições natais dos planetas nos signos e nas casas.

Um calendário muito especial, que é gerado individualmente e se baseia em sua informação de nascimento é a agenda Cosmic Window, produzida pela Astro Numeric Service. Projetada por Philip Levine, essa maravilha lindamente encadernada indica e interpreta os trânsitos diários e lentos de seu mapa, avalia seus níveis de estresse, apontando que dias são melhores ou mais difíceis para inúmeras atividades. Ela não mostra os aspectos da Lua em seu mapa, mas contém as Efemérides mensais de praxe e os signos lunares diários, além dos períodos de Lua fora de curso. O calendário de doze meses pode começar em qualquer data que você especifique, e não apenas no primeiro dia de janeiro (ótimo presente de aniversário!).[3]

Enquanto a Lua atravessa um signo, parece produzir ocorrências, emoções e necessidades que combinam com a natureza do signo. Por exemplo, certo dia estive participando de três discussões distintas sobre a morte. Posteriormente descobri que a Lua estava em Escorpião, um signo muito relacionado à morte e a seu significado. Os meios de comunicação freqüentemente veiculam histórias que combinam com a natureza do signo lunar, principalmente durante as Luas nova e cheia. Peixes rege os pés e, certa vez numa Lua cheia em Peixes, havia a história de um ladrão que invadiu uma casa e forçou os moradores a chupar-lhe os dedos dos pés! Observando os acontecimentos da vida diária, você verá exemplos constantes das características desses signos.

Uma chave para a compreensão dos signos lunares é a repetição dos quatro elementos (fogo, terra, ar e água), ao longo dos doze signos. Dentro de um mesmo elemento os signos compartilham padrões energéticos e preocupações básicas, conforme mostrado na Tabela 6. Em suma, enquanto a Lua atravessa os signos de água (Câncer, Escorpião, Peixes), as pessoas são mais emotivas e introspectivas. Os signos de fogo (Áries, Leão e Sagitário) colocam as pessoas num humor mais energético, animado e decidido. Quando a Lua transita pelos signos de ar (Gêmeos, Libra e

[3] Custava $39.95 na época em que este livro estava senda escrito, mas por uma quantia assim não se conseguiria nenhum astrólogo que plotasse manualmente tudo isso para você. Para encomendar, disque 1-800-MAPPING.

Aquário), a comunicação e as atividades mentais são mais realçadas que os sentimentos. Quando a Lua atravessa os signos de terra (Touro, Virgem e Capricórnio), as pessoas se concentram em questões práticas. Entenda, contudo, que esses padrões se dispõem em círculo, e não em linha reta.

Enquanto você está aprendendo sobre a natureza de cada signo, tire partido das características mais construtivas dos mesmos, evitando desperdiçar energia. Por exemplo, a Lua quando atravessa Câncer parece deixar muitas pessoas com uma disposição doméstica. Elas talvez prefiram trabalhar em casa, cozinhando, visitando familiares ou apenas ficando no sossego do lar. Um canceriano que saia em viagem de negócios pode se sentir particularmente saudoso de casa. Touro, Virgem ou Capricórnio — os signos de terra — são ótimos para se fazer avaliação da situação financeira, ou para dar início a pequenas iniciativas de negócios. Festas? A Lua em Leão, Libra, Aquário ou qualquer outro signo extrovertido, de fogo ou de ar.

TABELA 6. OS SIGNOS EM CADA ELEMENTO*

SIGNOS DE FOGO	SIGNOS DE TERRA	SIGNOS DE AR	SIGNOS DE ÁGUA
Áries Leão Sagitário	Touro Virgem Capricórnio	Gêmeos Libra Aquário	Câncer Escorpião Peixes
SUAS PRINCIPAIS PREOCUPAÇÕES			
SIGNOS DE FOGO Iniciar Ação/ Energia Movimento	SIGNOS DE TERRA Organizar Consolidar Praticidade	SIGNOS DE AR Comunicar Dar retomo Disseminar	SIGNOS DE ÁGUA Avaliar Criar Repousar

* Observe que o zodíaco natural é lido na horizontal, enquanto os elementos são lidos na vertical.

Você deseja organizar o guarda-roupa ou os arquivos? Experimente a Lua em Virgem. Se você o fizesse enquanto a Lua está em Peixes, provavelmente seria incapaz de tornar a encontrar os objetos! A Lua em Gêmeos também não é a melhor para arrumar os armários. Você iria

passar o dia pendurada no telefone e, no final, empurraria tudo de volta para dentro do armário, numa bagunça pior ainda, mas, pelo menos, estaria em dia com as fofocas.

Essa técnica pode ajudar em questões muito mais importantes do que aquela pilha de coisas no fundo do armário. Estou usando essas questões menores para mostrar como é muito mais produtivo trabalhar com o zodíaco do que contra ele. Para dar um exemplo, a Lua em Gêmeos produz a necessidade de se comunicar. Ficar enfurnado(a) em casa, a sós com tarefas aborrecidas e rotineiras, só iria criar frustração e inquietação. É um bom dia para almoçar fora com alguém que você queira conhecer melhor. Se você estiver preso(a) em casa numa ocasião como esta, abandone a rotina e dedique-se a atividades próprias de Gêmeos. Atualize a correspondência ou escreva aquela história que anda rondando sua mente. Se você quer realmente escrever, minha sugestão é a de que você bloqueie deliberadamente a comunicação, para que toda a energia verbal só possa jorrar em palavras no papel, e não numa enorme conta telefônica.

Ah, dirá você, “Se sob o signo de Gêmeos eu ficar de papo para o ar, quem irá fazer as tarefas domésticas?' É aí que vem o zodíaco em seu socorro! A Lua entra em Câncer em seguida e você se sentirá mais inclinada a cuidar do fogo doméstico. Isso é que é fascinante e profundo em relação ao zodíaco — a seqüência de signos parece cuidar de problemas como estes. Se sua abordagem a um problema é excessivamente rígida e tradicional enquanto a Lua está em Capricórnio, espere um ou dois dias. Quando a Lua entrar em Aquário, você será mais inovadora. A Lua em Peixes o(a) faz ficar sonhando e com um pouco de preguiça? Isso é porque você necessita descansar, reorganizar-se e entrar em contato com sua espiritualidade. Não se preocupe nem sinta culpa. A Lua em seguida entrará em Áries e você saltará para a ação com todas aquelas idéias criativas que lhe vieram em sonhos enquanto a Lua estava em Peixes.

Os signos que se sucedem estão relacionados de forma significativa. Digamos que a Lua está em Escorpião e você se recolheu a seu íntimo, analisando algum problema. A solução óbvia lhe atinge e PRONTO! Em seguida está em Sagitário, signo das GRANDES IDÉIAS, e você estará completamente inflamado(a) de entusiasmo durante alguns dias. A seguir, a Lua atravessa Capricórnio e traz você de volta à terra, para que enxergue o lado prático. Enquanto a Lua está em Aquário, você discute

a questão com seus companheiros e recebe algum retorno. Quando a Lua entrar em Peixes, você já estará um pouco desiludido(a) com o grande plano. Durante alguns dias você se perde na Terra do Nunca, enquanto seu inconsciente digere o que aconteceu. Mas outro signo de fogo, Áries, vem a seguir e você novamente está energizado(a). E assim vamos dando voltas e mais voltas, atravessando os quatro elementos e os doze signos, porém, existe perfeição no padrão, uma lógica peculiar. (Meu livro, *A Influência da Lua no seu Mapa Natal*, apresenta diversos capítulos sobre os signos lunares diários e sua utilização, e também sobre as Luas nova e cheia.)

Uma forte influência sobre os ventos emocionais predominantes ocorre quando a Lua faz aspecto com outros planetas. Observe aqueles aspectos usando um calendário astrológico ou as Efemérides. Seus efeitos raramente duram mais do que meio dia. As modificações mais intensas são produzidas quando a Lua em trânsito cruza os planetas externos. A energia gerada então corresponde à natureza do planeta externo, mais do que a do signo. Em 1996, Urano estará firmemente entrincheirado em Aquário, e Plutão estará em Sagitário, onde permanecerão por mais de uma década. Netuno sairá de Capricórnio para Aquário em 1998.

Até pela observação do clima psicológico do público, você pode conseguir adivinhar se a Lua está tocando a atual posição de um planeta. Se o telefone não pára de tocar e as pessoas estão falando a mil por minuto, a Lua pode estar fazendo aspecto com Mercúrio, o planeta da comunicação. Os aspectos Lua-Vênus freqüentemente nos colocam num ânimo caloroso e sociável, já que Vênus é o planeta do relacionamento. Num daqueles dias em que todo mundo está irritável, a Lua pode estar em aspecto com Marte, o planeta da ira. Se as pessoas estão rebeldes ou erráticas, isso provavelmente se deve a Urano. A conjunção Lua-Netuno não mantém os pés na terra; portanto, cuidado com motoristas embriagados. Lua-Plutão é decididamente um caso pesado — com freqüência, o clima é intenso e cismarento.

Será que esses princípios funcionariam igualmente para todos? A Lua exerce efeitos distintos sobre pessoas distintas. Algumas são profundamente afetadas, outras mal parecem senti-los. As que sofrem o maior impacto são os tipos lunares — pessoas que têm o Sol, a Lua, o Ascendente ou diversos planetas em Câncer, a Lua próxima ao Ascendente ou

Meio-Céu, além das pessoas nascidas durante a Lua cheia ou nova. Impactadas também são às vezes as pessoas que vivem próximas àquelas! Uma vez eu vivi com um tipo lunar inconsciente, nascido na Lua cheia, que alegava não ser afetado por esta, e, no entanto, todos os meses, quando a Lua estava cheia, eu me apanhava atipicamente gritando e batendo com as portas.

O mapa individual também modifica os efeitos da Lua. Suponha que você tenha Marte e Saturno no signo de Libra. Geralmente, a Lua em Libra deveria ser boa para relacionamentos. No entanto, quando a Lua passa por seu Marte e Saturno, a vida amorosa pode esbarrar num marasmo terrível — familiar demais. Acompanhe a Lua durante alguns meses para localizar os altos e baixos gerados por seus planetas de nascimento.

As casas de seu mapa também modificam os trânsitos lunares. A Lua que atravessa sua 4ª casa energiza a vida doméstica. A Lua que atravessa sua 6ª casa pode trazer a necessidade de trabalho árduo, e a Lua na 8ª casa pode enfatizar o sexo. Os planetas natais modificam os trânsitos das casas. Se você tem Netuno na 4ª casa, você irá se dedicar mais a devaneios que às tarefas domésticas enquanto a Lua atravessa aquela casa. A lia casa é a da amizade, mas se você tem Plutão nela, o trânsito da Lua pode levá-lo(a) a se retrair, não a se comunicar. Observe o curso traçado pela Lua ao percorrer suas casas, até verificar de que modo, em geral, você reage ao padrão.

Observe a si mesma para descobrir que partes do ciclo lunar mensal são significativas — tanto para os bons signos quanto para os consistentemente maus. Uma curandeira descobriu que reagia muito mal à Lua em Escorpião, ficando ressentida e retraída. Ela bloqueou essas datas em seu calendário e não atendia a clientes, sabendo que não estava em seu melhor humor. Em vez disso, empregava aquele tempo para o trabalho interior e a auto-regeneração. Um locutor de astrologia descobriu que ficava mais eloqüente quando a Lua atravessava Sagitário e formava um grandioso trígono de fogo com seus planetas natais. Sempre que possível, ele agendava suas palestras e oficinas para se realizarem sob o signo da Lua em Sagitário.

Eu não estou advogando que você se transforme numa escrava da astrologia, de forma que não vá nem ao cabeleireiro sem consultar o astrólogo. Mas cultive a inclinação a deixar as coisas correrem até que seja o momento propício, em vez de ficar se sentindo acossada pelos

"deverias". Quando você faz as coisas no momento errado, leva mais tempo e grande parte do esforço se perde, com as rodas girando em falso. Quando descobrir seus próprios altos e baixos lunares, você poderá fazer um planejamento mais eficaz e reduzir o estresse.

A Lua Fora de Curso É um Feriado Lunar?

Outro fenômeno lunar contra o qual se precaver é a *Lua Fora de Curso*, que você pode localizar usando o calendário astrológico. Enquanto atravessa o signo, a Lua faz aspecto com os planetas em trânsito. Quando atinge o lugar onde já não forma aspectos importantes, antes de abandonar aquele signo, nós consideramos este ponto como vazio. Naquela data o calendário acusará o signo lunar e dirá alguma coisa como, "Lua Fora de Curso 00:46" (Os calendários podem fornecer o horário pelo Meridiano Oriental ou pelo Meridiano do Pacífico, portanto faça o ajuste para seu fuso horário.) À medida que os planetas interiores vão atravessando os signos esses períodos mudam continuamente, podendo durar entre meia hora e um dia e meio.

O canceriano Al Morrison foi o primeiro astrólogo moderno a popularizar a Lua Fora de Curso. Esse momento não é considerado bom para iniciar esforços importantes ou tomar decisões relevantes pois "nada resultará daí". Os astrólogos prestam variados graus de atenção a esse fator — indo da indiferença à histeria. Um dos astrólogos mais talentosos, Michael Lutin, não vai nem ao supermercado, pois afirma que a comida se estraga. Michael é uma pessoa muito laboriosa e, francamente, acho que ele utiliza a Lua Fora de Curso para racionalizar algum tempo de repouso extremamente necessário. Custe o que custar!

Eu sou mais moderada (e mais distraída), em relação a esses períodos, mas creio que você pode poupar estresse e desperdício de esforço evitando começar qualquer coisa importante nessas ocasiões. Nesses intervalos, jamais coloque deliberadamente um manuscrito no correio, nem faça importantes contatos de negócio, nem acordos com outras pessoas. Em vez disso, encarregue-se de trabalho rotineiro e pouco exigente, como tarefas domésticas, atualização de arquivos ou tentativas de organizar a mesa de trabalho. Para sua conveniência, a Tabela 7 fornece a lista das dez mais entre as coisas que você *não* deve fazer durante uma Lua Fora de Curso.

À semelhança de Michael, eu me dedico a ficar em casa andando pelo mundo da lua, ouvindo música ou vegetando frente a televisão quando a Lua está vazia. Eu também utilizo esse período deliberadamente para coisas que *deveriam* se reduzir a nada — como fazer a declaração do Imposto de Renda. Com certeza, você conseguirá pensar em outras questões que gostaria que dessem em nada — como responder a cartas de reclamação, ameaças de processo ou convites de pessoas que o(a) matam de tédio. Digamos que o chefe de pessoal deseje conversar com você sobre as longas horas que gastou almoçando. Você honestamente quer se emendar, mas para salvar as aparências eles precisam lhe dar um puxão de orelhas. Então vá conversar com eles quando a Lua estiver vazia. Mantenha em sua mesa de trabalho uma lista de coisas para fazer propositalmente nesses intervalos. Preencha essas lacunas com tarefas como redigir tediosos memorandos, orientações tolas que você não pode ignorar, ou sua estatística do mês. Usado de forma criativa, o período da Lua Fora de Curso pode se converter numa barreira contra as triviais atividades consumidoras de tempo, na execução das quais, segundo o mundo solar, deveríamos passar nossos dias.

TABELA 7. DEZ COISAS PARA NÃO SE FAZER DURANTE A LUA VAZIA

1. Começar uma aula ou conferência.
2. Iniciar um projeto.
3. Tentar vender alguma coisa.
4. Iniciar novos contatos profissionais.
5. Começar a buscar emprego ou a trabalhar num emprego novo.
ó. Celebrar um acordo importante.
7. Assinar uni contrato.
8. Comprar carro ou imóvel.
9. Casar-se ou arranjar parceiro.
10. Pedir a Michael Lutin que se comprometa.

Que tal aplicar essa fase de maneira mais estimulante? Ela é boa para a meditação e para o trabalho interno nas emoções. Platão dizia que a vida sem exame não vale a pena ser vivida e essas fases são boas para a

contemplação. São momentos para ficarmos relaxados e lunares, quando possíveL Embora o mundo solar nos avalie por nossa produtividade, a ação nem sempre é proveitosa. Em tarefas criativas, um período de aparente inatividade, em que você lê um romance barato ou passa horas no computador jogando paciência, freqüentemente produz ondas renovadas de inspiração. Exatamente como existe um feriado solar aos domingos, a Lua Fora de Curso pode funcionar como um feriado lunar do qual emergimos revigorados.

Será que um vazio lunar no mapa natal tem algum efeito? Só conheci uma pessoa com essa característica — nada menos do que alguém de Lua em Câncer. Odiei cada vez que saímos juntos para comer, pois não conseguíamos fazê-lo. Ele tinha dezenas de proibições alimentares e uma natureza muito desconfiada. Arrastava-me de restaurante em restaurante, examinando os cardápios e interrogando os cozinheiros. Finalmente terminávamos em algum buraco perfeitamente desprezível, onde a comida não tinha gosto nenhum, mas se enquadrava na dieta dele. Por que em vez de sair, eu não cozinhava para ele? Na verdade, preparei-lhe algumas refeições, mas sempre coincidia de eu ter adicionado aquele ínfimo ingrediente que ele não podia comer, portanto, parei com isso. Eu sou lunar, mas não tanto assim!

Achar o Equilíbrio no Rastro das Lunações

Já vimos como a órbita lunar mensal em torno do zodíaco cria um ciclo completo de importantes atividades humanas e variadas experiências. Outro ciclo completo é a série anual de Luas cheias e novas, denominadas *lunações.* Este ciclo realça, por sua vez, cada um dos doze signos e casas de seu mapa. Faremos um mapa do ciclo de lunações, de modo a você poder usar, com máximo proveito, as Luas novas e cheias. Como na disposição do zodíaco, existe perfeição na ordem das casas, cada uma delas lançando as bases, ou proporcionando equilíbrio, para a casa seguinte. Cada Lua nova energiza uma casa. Se você trabalhar conscientemente nas áreas governadas por aquela casa no momento em que ela está realçada, conseguirá mais sucesso em manter sua vida em ordem. A casa onde ocorre a lunação pode transformar-se num foco de energia e emoções durante um período que vai de uma semana até um mês.

Se há conturbação, você não deve temer as emoções nem achar que a Lua seja a causa. É possível que as emoções e conflitos já estivessem presentes, mas que afloraram muito mais intensamente porque você as evitou. Lidar com elas permite crescimento — e é preferível a permitir que inflamem por dentro e se deteriorem ainda mais.

Por exemplo, se a Lua nova cai em sua 4ª casa, é possível que você venha a discutir com sua mãe, digamos, o fato de ela ainda o(a) tratar como criança. Se os desentendimentos o(a) obrigam a lidar com ressentimentos recalcados, pelo menos é possível partir para um novo começo, nessa relação importante. Assim, uma lunação que traz emoções para a superfície é realmente uma oportunidade de tornar a vida melhor. Em certos anos, alguma casa específica terá duas Luas novas ou mais de duas Luas cheias. Quando isso acontece, é um sinal de que os assuntos daquela casa específica necessitam receber mais atenção no momento. Nas imediações, provavelmente há uma casa que não tem lunações. Você recebe um passe livre nessa área, sem dúvida por tê-la administrado a contento.

Na Lua nova, o Sol e a Lua estão juntos numa casa e num signo. Por exemplo, uma Lua nova em Áries acontece quando o Sol também está em Áries, entre 20 de março e 20 de abril de cada ano. Cada Lua nova faz concentrar um fone jorro de *energia* em um certo departamento de sua vida. Este pode então transformar-se numa área produtiva para correções. Se a lunação faz aspecto com um planeta natal, a energia pode parecer ainda mais forte. (A órbita da lunação, quando ela faz aspecto com um planeta natal poderá ser de aproximadamente 3°.)

Na Lua cheia, o Sol está atravessando um determinado signo e casa, ao passo que a Lua ocupa o signo e a casa opostos, de modo que ambos os signos e as casas também são enfatizados. Existe uma tensão entre essas duas áreas, cada uma exigindo sua atenção. A chave é aprender como lidar com ambas de forma equilibrada, sem ignorar nenhuma delas. Por exemplo, uma Lua cheia que atravessa o eixo da 6ª e 12ª casas, apresenta tensão entre as exigências da vida profissional e vida íntima. Uma Lua cheia atravessando o eixo de 1ª/7ª casas poderá mostrar conflito entre seus próprios interesses e os de seu parceiro, exigindo a integração dos dois. As questões de cada par de casas podem entrarem conflito, a não ser que haja cooperação, mas os pares também podem fornecer apoio mútuo e coesão quando estão integrados. Durante um ano típico, as Luas cheias se

reunirão duas vezes em cada um dos seis pares de casas, produzindo oportunidades de equilibrar cada uma das principais áreas da vida.

Eclipses e seus Efeitos

Ao longo da história, temos sido atemorizados pelos eclipses, e os antigos astrólogos tinham suas reputações sobre o fato de serem capazes de prever quando estes ocorreriam. Hoje em dia, sabemos quando eles ocorrerão e podemos assisti-los pela televisão, diretamente do local onde ocorre o eclipse total. Os maníacos por eclipses são até capazes de dar metade da volta ao mundo em um avião para vê-los pessoalmente. (O mundo solar tem características surpreendentes!) Nos dias de outrora, os eclipses, de tão misteriosos, eram considerados poderosos e freqüentemente prenunciadores de azar. Na atualidade, a maioria dos astrólogos diria que eles não são necessariamente destruidores, e sim indicativos de uma focalização concentrada de energia; portanto, os astrólogos, na maioria, fazem um levantamento das áreas do mapa onde eles ocorrem.

Quando você posteriormente fizer o mapa da lunação, cogite do quadro de eclipses. Eles são mostrados na linha de cima de cada tabela, por meio da letra E maiúscula colocada junto à data. Em 1996, por exemplo, houve eclipses solares nos dias 17 de abril e 12 de outubro, e eclipses lunares nos dias 4 de abril e 27 de setembro. Os eclipses solares ocorrem na Lua nova e cobrem o Sol, enquanto os eclipses lunares ocorrem na Lua cheia e cobrem a Lua. Os nódulos de trânsito, que determinam onde caem os eclipses, recuam no tempo à razão de um signo por ano. Um ciclo nodal completo terá impacto sobre todas as casas e signos de seu mapa, sucessivamente.

Se você já observou os eclipses, deve ter notado que alguns são intensos e outros discretos. Os mais intensos freqüentemente envolvem aspectos entre o Sol e a Lua e um trânsito de um planeta exterior, ou podem estabelecer um padrão importante no mapa astral. Por exemplo, o eclipse solar do dia 17 de abril de 1996 a 28° de Áries forma uma quadratura fechada com Netuno em trânsito a 27° de Capricórnio. Raramente vi fusão lunar num eclipse, a não ser que importantes trânsitos de um planeta exterior tenham estado por um tempo em ação na mesma área.

Joanne Wickenburg também assinala que os nódulos lunares estão necessariamente envolvidos em eclipses. Ela acredita que um eclipse no nódulo setentrional será diferente — em geral, mais produtivo — do que um no nódulo meridional, que envolve mais necessidade de abrir mão das coisas. Seria preciso consultar as Efemérides para sabê-lo, mas o eclipse do dia 2 de abril de 1996 encontra o Sol em Áries no nódulo meridional, com a Lua próxima ao nódulo setentrional em Libra. (O Sol e a Lua podem estar a alguma distância do aspecto exato dos nódulos, pois eles só são exatos num eclipse total.)

O que esperar, se um eclipse afetar um dos planetas de seu mapa natal? Ele acentuará, pelo prazo de no mínimo seis meses depois do eclipse, a casa envolvida e mais especialmente as questões relacionadas a qualquer planeta que aspecte. Estes são períodos de especial tensão entre os hemisférios solar e lunar. São janelas particularmente poderosas para realização de trabalhos de cura e uso de florais, pois pode ocorrer uma grande depuração. Quando um eclipse o(a) afeta de forma relevante, você pode vivenciar conflitos nas casas envolvidas. Durante seis meses ou mais, necessitará se concentrar no equilíbrio daquelas áreas. Às vezes, o eclipse de seis meses depois ocorrerá na mesma casa, resultando daí uma reiterada ênfase.

Um eclipse que faça aspecto com um planeta natal pode desencadear uma revolução nas funções daquele planeta. Nesse caso, não é culpa da Lua. É possível que você, com o tempo, tenha permitido que se deteriorem aquelas questões, ou deixado se formar um acúmulo de tensão que deve ser descarregada. Suponha que um eclipse solar entre em conjunção com seu Saturno natal na lia casa. Talvez você tenha estado assumindo responsabilidade demais por um amigo, por demasiado tempo — ou permitido que um amigo assumisse excessiva responsabilidade por você. O eclipse ocorre e a amizade fica ameaçada. Não amaldiçoe Hécata — foi você quem armou isso e agora tem de limpar a bagunça.

Se um eclipse vindouro for cair numa área onde você se sente vulnerável, use preventivamente essa informação. Comece a inventariar a questão, examine quais são seus verdadeiros sentimentos e então trabalhe para melhorar a situação. Quando o eclipse acontecer, você já terá liberado grande parte da tensão e resolvido alguns dos problemas. Ele não o(a) atingirá com a mesma força que terá no caso de você enterrar a cabeça na areia.

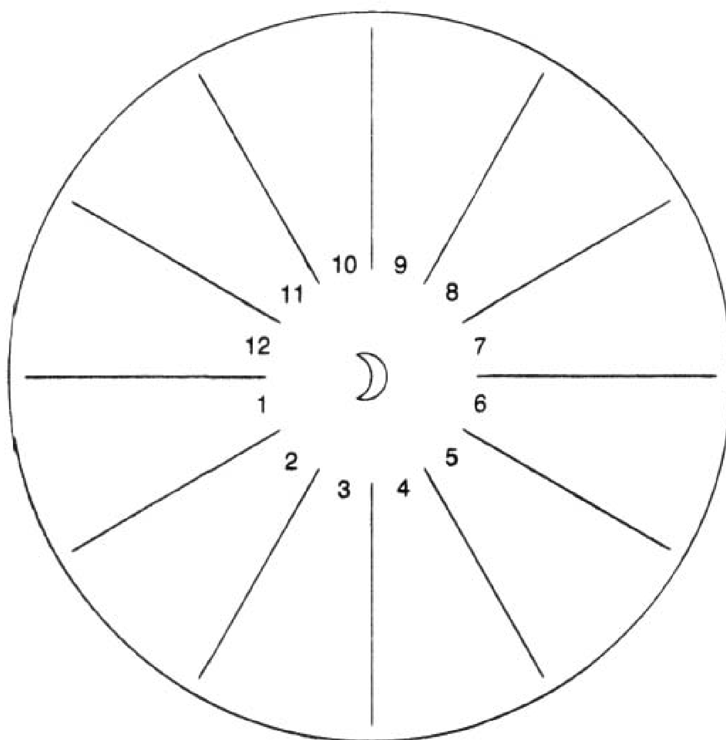
Como Criar seu Próprio Mapa Anual de Lunações

Novatos, pelo jeito vocês não deram sorte com esta técnica, já que nenhum serviço de computação oferece este produto. Se você tiver um amigo que esteja estudando astrologia, ou se por acaso algum parente é astrólogo profissional, você pode torcer-lhe o braço até que ele execute um mapa para você. Se você pelo menos sabe qual é seu signo Ascendente, inscreva-o na linha horizontal que começa a Ia casa. Continue a colocar os signos do zodíaco em cada casa, no sentido anti-horário, dando a volta no círculo até a casa número 12. Então siga as instruções abaixo. Se não, dê por enquanto um salto para o próximo capítulo.

Se você estudou astrologia será capaz de marcar as lunações no círculo do mapa. Um exemplo do mapa em branco, que você pode fotocopiar se quiser usá-lo mais de uma vez, é dado aqui como mapa 3 (pág. 163). Comece colocando as cúspides de sua casa natal em torno do bordo externo, se possível com o grau zodiacal exato. (Para simplificar, você poderia fazer uma fotocópia de seu mapa natal. Iria ficar congestionado, porém lhe permitiria ver facilmente as lunações que formam aspectos com os planetas natais.)

Como Marcar no Mapa as Luas Novas: Use a Tabela 8 (pág. 164), que mostra as datas e os graus das Luas novas do ano de 1996, e siga as instruções abaixo. Depois de ter marcado a Lua nova de cada casa, consulte as leituras na última seção deste capítulo. Você conseguirá elaborar projetos e atividades mensais da forma mais conveniente. (Tabelas da Lua Nova para o período 1997-2004 aparecem no apêndice.)

Se você conhece seu signo Ascendente, localize-o no lado esquerdo e siga a linha horizontal através da tabela. Por exemplo, se você tem Ascendente Áries, a Lua nova de 20 de janeiro de 1996 está em sua 10ª casa, a Lua nova de 18 de fevereiro está em sua lia casa e assim por diante. Se tem Ascendente Touro, a Lua nova de 20 de janeiro cairá em sua 9ª casa e a Lua nova de 18 de fevereiro cairá em sua 10ª casa e assim por diante. Anote cada lunação na casa adequada em seu próprio mapa. Encontre a casa em que cairá a Lua nova do dia 20 de janeiro e continue no sentido anti-horário em torno do círculo. (Você só começará na Ia casa se seu signo Ascendente for Capricórnio ou final de Sagitário.)



Mapa 3. Um mapa em branco para você usar.

As casas da tabela não são exatas, pois se você tiver o Ascendente nos últimos graus de um signo, será melhor seguir a linha relativa ao Ascendente. (Por exemplo, se o seu Ascendente está a 27° de Touro, o círculo do Ascendente Gêmeos lhe dará resultados mais específicos para esse objetivo.) A tabela é apenas um exemplo funcional. Em um ano você irá passar por um ciclo completo de suas casas.

TABELA 8. NOVA TABELA DA LUA PARA 1996

Essa tabela relaciona as Luas novas e as casas que afetam para 1996, de acordo com seu signo Ascendente.

LUAS NOVAS DE 1996 E AS CASAS AFETADAS

Data:	1/20	2/18	3/19	4/17E	5/17	6/16	7/15	8/14	9/12	10/12E	11/11	12/10
Signo Ascend.:	29CP45	29AQ36	29PE07	28AR12	26TO51	25GE12	23CN26	21LE47	20VI27	19LI32	19ES03	18SG56
Áries	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Touro	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
Gêmeos	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
Câncer	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
Leão	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5
Virgem	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4
Libra	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
Escorpião	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
Sagitário	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1
Capricórnio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Aquário	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Peixes	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

E= Eclipse Solar

Nota: Ver apêndice para anos adicionais

TABELA 9. DE LUAS CHEIAS CHEIAS DE 1996 E CASAS AFETADAS

Data:	1/5	2/4	3/5	4/4E	5/3	6/1	7/1	7/30	8/28	9/27E	10/26	11/25	12/24
Signo Ascendente:	14CN48	15LE07	15VI06	14LI31	13ES19	11SG37	9CP36	7AQ32	5PE41	4AR17	3TO26	3GE10	3CN20
Áries	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10
Touro	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9
Gêmeos	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8
Câncer	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7
Leão	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6
Virgem	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5
Libra	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4
Escorpião	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3
Sagitário	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2
Capricórnio	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1
Aquário	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12
Peixes	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11

E= Eclipse Solar

Nota: Ver apêndice para anos adicionais

A tabela mostra o grau de cada lunação daquela data. Os que tem um mapa exato e conseguem acompanhá-lo podem colocar a lunação dentro da casa adequada. Já que muitos dos que lerão este livro são principiantes, as abreviaturas dos signos zodiacais, e não os glifos, são usadas nas tabelas. As abreviaturas são:

AR = Áries	LE = Leão	SG = Sagitário
TO = Touro	VI = Virgem	CP = Capricórnio
GE = Gêmeos	LI = Libra	AQ = Aquário
CN = Câncer	ES = Escorpião	PE = Peixes

A Lua Nova de 1/20/96 está a 29CP45, o que significa 29° e 45 do signo de Capricórnio. Suponha que a cúspide entre sua 5ª e 6ª casas esteja a 28° Capricórnio. A Lua Nova irá cair dentro de sua 6ª casa. Se a cúspide da 6ª casa for 0° de Aquário, a Lua Nova irá cair na 5ª casa. Em certos anos ocorrem duas Luas novas numa casa ou signo, indicando a necessidade de mais trabalho nessas questões.

Como Acrescentar as Luas Cheias: Para alguns, a parte do mapa já completada será suficiente. Entretanto, lembre-se dos efeitos da Lua cheia, e como ela pode desafiar você a encontrar o equilíbrio entre áreas competitivas de sua vida. Se você é um tipo lunar, e sobretudo observou que as Luas cheias podem tirá-lo(a) do sério, com certeza vai querer incluí-las. Para marcar as Luas cheias, vá à tabela 9 (pág. 165), e acrescente-as ao mapa. Por exemplo, se você tem Ascendente Áries, a Lua cheia de 5 de janeiro de 1996, listada como 4-10 deve ser anotada tanto na 4ª casa quanto na 10ª Normalmente há duas Luas cheias em cada casa, já que seis meses antes terá caído outra Lua no lado oposto do mesmo eixo. Conseqüentemente, se você tem Ascendente Áries, a Lua cheia de 1° de julho de 1996, listada como 10-4 também deve ser marcada nas 4ª e 10ª casas. (Tabelas de Lua Cheia para o período de 1997-2005 aparecem no apêndice.)

Como Entender seus Ciclos de Lunação

Agora que você construiu (esperemos que sim!) seu mapa de lunações, vamos dar uma olhada no significado destas em cada uma das doze casas de seu mapa. Na Lua cheia, consulte as leituras para as duas casas opostas, que estarão listadas na tabela da Lua cheia. Eu também sugiro essências florais para apoiar a atividade daquele mês. Embora estejam listadas diversas delas, é uma boa idéia tomar apenas uma ou duas no ciclo de um mês inteiro. Em geral, a FES sugere começar uma mistura de florais na Lua nova e tomá-la ao longo do ciclo lunar. Será ainda mais eficaz selecionar florais relacionados à sua própria lunação daquele mês. Para escolher, consulte a literatura referente, fornecida pelas empresas, com uma descrição mais completa do que a que podemos dar aqui. Para a semana da Lua cheia, como você está concentrado(a) em equilibrar as duas casas, talvez queira acrescentar um remédio da lista para a casa oposta. A Desert Alchemy também tem fórmulas combinadas *para* os pares de casas — a fórmula para a 1ª — 7ª casas, a fórmula para a 2ª — 8ª casas, e assim por diante.

Lunação na 1ª Casa: A 1ª casa, que inclui o signo Ascendente, mostra padrões de relacionamento que você aprendeu em criança para sobreviv*er* dentro de sua família. Você leva consigo esses padrões para a fase adulta. Alguns deles o(a) atrasam, e alguns fazem parte de seu encanto pessoal. O signo Ascendente e todos os planetas da P casa descrevem a imagem que você apresenta ao mundo. Quando a lunação cair nessa casa, avalie se você está apresentando seu verdadeiro eu e sentimentos, ou se está se escondendo por trás de uma fachada. Se aquela fachada evita que suas necessidades sejam satisfeitas, pense em como expressá-las mais abertamente. Pergunte a si mesma se essas defesas são funcionais na vida adulta, e como deixar transparecer seu verdadeiro eu. Já que a 1ª casa descreve a aparência que você apresenta, confira se seu estilo reflete as mudanças que promoveu no último ano. Se ele não combina com as mudanças, talvez você deseje atualizar sua imagem (na Lua cheia, a ênfase da 7ª casa mostra uma preocupação em integrar seus desejos aos desejos daqueles que lhes são mais íntimos.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: **White Desert Primrose**, preparado pela

Desert Alchemy, ajuda-o(a) a enxergar através de imagens projetadas para encontrar modalidades de auto-expressão mais harmonizadas com seu eu essencial. Da mesma procedência, o floral Mariola, ajuda você a se livrar de uma falsa persona.

Lunação na 2ª Casa: Questões econômicas de ordem prática podem captar sua atenção agora. Atente para a segurança, fazendo um balanço em seus haveres e deveres e no fluxo de caixa. Fazer uma previsão orçamentária realística, mas não excessivamente severa, pode ajudar a colocar suas finanças em ordem. Avalie o que anda gastando em várias áreas e corte o desperdício, para satisfazer necessidades ou desejos que foram negligenciados. Estabeleça objetivos financeiros realistas; por exemplo, a viagem que sempre quis fazer ou aquele carro novo de que irá precisar. Depois elabore um plano de poupança, ainda que modesto, para satisfazê-los. Você também pode desejar explorar novas idéias sobre lucrativas atividades colaterais. O dinheiro é uma questão emocional, portanto examine o modo como suas emoções e inseguranças atrapalham práticas fiscais saudáveis. (Na Lua cheia, a 8ª casa também é enfatizada. Assim, um novo equilíbrio deve ser estabelecido entre o apoiar-se em seus próprios recursos e nos alheios.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: Para colocar as finanças numa perspectiva nova e mais sólida, experimente **Hound's Tongue**, da FES, **Four Leaf Clover**, da Pegasus, **Polyanthus**, ou **Abundance Essence and Oil**, da Pacific Essences, ou **Celebration of Abundance**, da Desert Alchemy. (Mas não vá gastar dinheiro demais em florais!)

Lunação na 3ª Casa: A comunicação é um dos principais focos quando a lunação incide aqui. Explicitar seus verdadeiros pensamentos, necessidades e sentimentos pode melhorar sua clareza de expressão. Se pedir um retorno, talvez se espante ao descobrir que o que você pensou ter dito não é, de jeito nenhum, o que as pessoas entenderam. Regras jamais escritas dos relacionamentos podem ser reveladas como áreas de confusão onde você precisa ser mais direto(a). Esse é um período produtivo para atualizar a correspondência ou os telefonemas para pessoas que negligenciou. Já que a 3ª casa é uma casa de aprendizagem, a lunação é ideal para começar um curso novo ou para dedicar-se a um novo interesse. Escreve;

por si só, pode trazer crescimento agora, portanto você talvez queira começar um diário ou qualquer outra forma de escritura que lhe traga clareza. (Na Lua cheia, procure um equilíbrio com a 9ª casa, que ajuda você a encontrar respostas através de livros, aulas ou outros novos insumos.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: A comunicação pode ser ampliada com os florais **Cosmos** e **Calendula**, da FES. A clareza mental pode ser reforçada com **Peppermint** e **Madia**, da FES, que ajudam a concentração e a focalização.

Lunação na 4ª Casa: Manter acesa a chama do lar é uma preocupação do mês. Você talvez se apanhe querendo passar noites tranqüilas e aconchegantes em casa, para poder relaxar e refletir. Este também pode ser um período para trabalhar as relações familiares e reaprender a conviver com sua família, por meio de momentos de qualidade, passados em companhia deles. Se sua vida familiar está prestes a explodir, este poderia ser um mês para você examinar a sério o que está errado e tomar iniciativas para organizar as coisas.

Você pode devotar energia a decorar e reparar seu espaço residencial, para que ele reflita sua personalidade e se transforme num porto seguro. Dedique tempo a arrumar o ninho e a tornar sua casa e sua família tão calorosos, apoiadores e gratificantes quanto possível. A atenção concedida à sua vida doméstica oferece uma sólida base de segurança para satisfazer as exigências de um mundo que muitas vezes nos deixa ansiosos e esgotados. (Na Lua cheia, você será intimado(a) a equilibrar preocupações domésticas e profissionais, ou outras direções vitais importantes, representadas por sua 10ª casa.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: Ataque armários e entulhos, com auxílio dos florais **Staghorn Cholla**, da Desert Alchemy e **Honeysuckle**, de Bach, que também ajudam a combater a saudade do passado.

Lunação na 5ª Casa: Aprender a brincar e colocar a vida acima da terrível rotina é agora a nota principal. Trata-se com freqüência de um mês ideal para as férias; contudo, se ainda não puder tirá-las agora, faça um fim de semana longo ou uma viagem curta. Melhor que tudo é aprender a fazer uma pausa de no mínimo cinco minutos a cada hora de trabalho. Se descuidou interesses de lazer ou atividades de criação, volte a eles, e

alguma coisa divertida que tenha sentido vontade de fazer, faça-a. Dar ouvidos à lúdica criança interna pode enfatizar outro dos interesses deste mês — as crianças. Se tem filhos, dedique algum tempo a saber como eles são e o que pensam. Saia a passeio com cada um deles individualmente, para consertar ou aprofundar a relação e melhorar a comunicação.

Outra área regida pela 5ª casa é o romance, portanto dedique alguma atenção ao enriquecimento dessa pane de sua vida. Mesmo sendo casado(a) — E PRINCIPALMENTE SE É CASADO(A) — atire-se à tarefa de devolver o romantismo ao relacionamento, para nem você nem seu parceiro ficarem tentados a buscá-lo em outra parte. Todos precisamos de atenção romântica, e afinal não foi isto que juntou vocês no começo de tudo? Faça deste mês uma lua-de-mel anual. (Na Lua cheia, a lia casa também é realçada, mostrando a necessidade de se reservar tempo para os amigos ou grupos.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: Talvez um literal buquê de flores para seu amor faça mais por seu romance este mês do que umas gotinhas de floral! Para se ligar a sua criança interna, experimente **Zinia**, da FES, ou **Strawberry Cactus** ou a combinação **A Way to the Elf**, da Desert Alchemy.

Lunação na 6ª Casa: Depois de um mês brincando, você estará mais no clima de lançar-se ao trabalho, que é o domínio da *6ª* casa. Reorganizar-se para encontrar maneiras mais eficazes de lidar com as rotinas diárias pode ser produtivo agora. Se você quiser mudar as posições, essa é geralmente uma boa ocasião para atualizar o currículo e responder a anúncios. (Entretanto, não entregue sua cana de demissão sem conferir os trânsitos no seu Meio-Céu.) Se está empregado(a), este é o momento do ano para fazer um balanço. Seu desempenho no trabalho está à altura? Você pode melhorar a relação com os colegas de trabalho? Este emprego é uma fonte de crescimento ou se estagnou? Será que é hora de ir adiante? Na maioria dos empregos, você recebe de volta aquilo que investe neles, portanto, talvez possa encontrar maneiras mais desafiadoras de usar exatamente onde está os talentos e habilidades que possui.

Já que a saúde é outra questão da 6ª casa, este pode ser o momento oportuno para cuidar do físico. Se você queria perder peso ou prestar mais atenção à nutrição, agora é uma boa ocasião para implementar um

novo plano alimentar. Se de alguma forma descuidou-se de si mesmo(a), deixando de fazer exames odontológicos regulares ou ginástica, é mais provável que prossiga no esforço se começar nesta lunação. Se não está se sentindo bem, seu corpo está dizendo alguma coisa na linguagem que lhe é própria. Analise as questões existenciais ou as emoções reprimidas que possam estar aflorando psicossomaticamente. (Na Lua cheia, tanto a pragmática 6ª casa quanto a ir casa, mais espiritual, estão pedindo sua atenção. Meditação ou um retiro pode ajudar a recuperar o equilíbrio entre o espiritual e o mundano.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: **Filaree**, da FES, ajuda a localizar questões essenciais e prioritárias; o floral **Elm**, de Bach, incentiva os que estão capacitados, mas avassalados; o floral **Manzanita**, da FES, estabiliza você para que preste ao corpo a devida atenção.

Lunação na 7ª Casa: As lunações trazem para a superfície as emoções ocultas, portanto, durante essa Lua nova ou cheia você ou seu parceiro(a) podem descobrir sentimentos enterrados acerca da relação. Use essa oportunidade para abrir os conflitos e trabalhar neles. Igualmente, é importante falar sobre necessidades insatisfeitas. Um dos parceiros, ou ambos, pode estar sentindo insegurança; portanto, dedique tempo à sua relação. Se não está envolvida com ninguém, pode estar sentindo o desejo de proximidade. Esse anseio é uma boa motivação. Reflita sobre quaisquer padrões derrotistas de relacionamento e trabalhe neles. Experimente aproximar-se das pessoas ou freqüentar lugares onde seja mais provável o encontro com alguém. (Na Lua cheia, a ênfase da 1ª casa leva você a examinar como sua imagem pode repelir outras pessoas ou interferir nos relacionamentos.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: o floral **Pink Monkeyflower**, ajuda você a se abrir à intimidade, e o **Calendula**, ajuda-o a ouvir melhor, ambos da FES; **Teddy Bear Cholla**, da Desert Alchemy, ajuda nos medos profundos à intimidade.

Lunação na 8ª Casa: Duas facetas adicionais dos relacionamentos íntimos podem entrar em foco nesse período de quatro semanas — a parceria sexual e a utilização conjunta de recursos. É importante restabelecer um equilíbrio entre o dar e o receber, de modo que nenhum dos parceiros se

sinta drenado. Procure alcançar interdependência, em vez de excessiva dependência de um parceiro frente ao outro. Um fluxo unilateral acaba por criar ressentimentos e distorcer o relacionamento. Se a dependência financeira está fazendo subir a temperatura dos sentimentos é hora de esclarecerem juntos essa questão. Outra área que merece atenção é a do crédito — planeje como liquidar as dívidas e restringir o uso de crédito, para sentir-se mais seguro(a). (A Lua cheia também realça a 2ª casa e atrairá você a fazer um balanço de seus haveres e procurar maneiras de ganhar um dinheirinho extra.)

A lunação pode trazer à superfície necessidades recônditas na área sexual. Trabalhar nelas pode tornar sua relação mais gratificante. Procure fazer com que você e seu parceiro(a) passem tempo juntos, não importando o quanto têm andado ocupados. Aquelas noites passadas a dois podem trazer novo calor e interesse. Se você não está envolvido(a) com ninguém, a mera carência física pode empurrá-lo(a) a buscar alguém responsivo.

SEU BUQUÊ DO MÊS: **Sticky Monkeyflower** e **Hibiscus**, da FES, ajudam nas barreiras sexuais; as fórmulas **The Helpless Siren** e **Giving and Receiving Support**, da Desert Alchemy, ajudam a estabelecer um equilíbrio melhor entre seus próprios recursos e os alheios.

Lunação na 9ª Casa: Você pode sentir um comichão para encontrar um novo significado para a vida e reexaminar suas bases filosóficas. Se tem sido relapso(a) em sua fé religiosa, talvez ache revigorante voltar a freqüentar a igreja durante um mês. Se rejeitou religiões tradicionais, explore outras filosofias que o(a) atraiam. Você também pode se sentir atraída pela possibilidade de desenvolver a mente experimentando alguns cursos de estudos avançados. Leia pelo menos um livro sério. Uma mudança de pensamento numa certa área pode reverberar para muitas outras. É hora de um desafio intelectual, de ampliar a mente, de olhar para além da experiência cotidiana e rotineira.

Parte da expansão da sua mente pode ser uma viagem para algum lugar distante, que lhe dê uma perspectiva diferente. Se isso está fora de possibilidade, um filme estrangeiro, uma visita a um museu ou mesmo o convite para jantar feito a um(a) estudante estrangeiro(a) de intercâmbio pode expor você a novas idéias e ampliar seus horizontes. (Quando

a Lua está cheia, tanto esta casa quanto a 3ª estão energizadas, para um verdadeiro incremento mental.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: **Sacred Datura**, da Desert Alchemy, dá-lhe uma visão renovada e apóia você na busca do inédito; **Shasta Daisy**, da FES, é excelente para sintetizar idéias adquiridas em estudos diversos. A Pegasus recomenda, **Ylang** e **Yucca**, para ajustar-se a novos ambientes durante as viagens.

Lunação na 10ª Casa: Uma vez por ano, faça o balanço da direção de sua vida, principalmente no tocante à carreira profissional. Desvie o foco de atenção do objetivo a curto prazo e volte-o para a perspectiva de longo prazo. (A seqüência de lunações é favorável. Aquela viagem que fez no mês passado, ou as novas idéias que absorveu, sem dúvida lhe deram uma perspectiva diferente sobre sua carreira e os objetivos de longo prazo.) Quanto progrediu, de um ano para cá? Você está indo na direção que desejava? Estabeleça prioridades e depois planeje ações completas para realizá-las. Estes podem ser objetivos para o ano vindouro ou para o futuro distante. Se lhe faltam certas capacidades para progredir, tome medidas definitivas para adquiri-las. Se está inseguro(a) de seus objetivos, explore algumas possibilidades atraentes. Verifique se são realistas, e parta para uma decisão bem ponderada. Neste mês, a leitura de um astrólogo profissional pode trazer clareza quanto às questões vocacionais. (Na Lua cheia, a 9ª casa também está realçada, lembrando-me de que necessita de uma base doméstica segura antes de poder voar para a Lua.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: Os Florais de Bach ajudam àqueles cuja vida profissional está instável. Problemas de confiança e autoridade podem ser solucionados com **Girassol** e **Saguaro** da Pegasus, FES e Desert Alchemy. **Soaptree Yucca** da Desert Alchemy, ajuda a manter a fé e a perseverança em objetivos de longo prazo.

Lunação na 11ª Casa: Depois de dedicar-se a preocupações profissionais no mês passado, você agora precisa de bons amigos que o(a) encorajem e estimem. Visitar velhos companheiros pode ser gratificante, ou também poderá ganhar ao aproximar-se de novas pessoas, este mês. Se a amizade é uma área difícil, analise sua abordagem às pessoas e comece a mudá-la. Afinal de contas, para conquistar amigos você precisa ser amistoso(a).

Por outro lado, se está dando muito mais do que recebe, comece a lutar por um equilíbrio melhor. Se este mês você perdeu as estribeiras com algum amigo, examine a si mesmo(a) para ver como contribuiu para isso e o que teria de mudar.

A 1ª casa também lida com grupos, e este mês você talvez queira procurar um grupo para alguma área de sua vida que lhe agradasse enriquecer. Freqüentemente, um grupo pode ajudá-lo(a) a fazer o que não consegue fazer sozinho(a). O grupo pode estar dedicado a interesses comerciais ou de lazer, à ajuda de pessoas com problemas semelhantes, ou ser puramente social. Se seu computador está ligado na rede, a Internet tem centenas de fóruns de interesses especiais. Seja qual for sua necessidade, com certeza existe em algum lugar uma rede de pessoas que compartilham dela. A biblioteca local também deve oferecer listas de organizações locais ou nacionais centradas em qualquer objetivo. Se você já está envolvido(a) até às orelhas e se sentindo esgotado(a), pode ser hora de fazer um balanço. (Na Lua cheia, a 5ª casa acrescenta dimensões de recreação ou instigantes complicações românticas.)

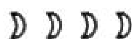
SEU BUQUÊ DO MÊS: As essências indicadas para trabalhos de grupos incluem **Violet** e **Trillium**, da FES; as relações mais numerosas e íntimas podem resultar do uso de **Pink Monkeyflower**, **Mallow** ou **Nicotiana**, também da FES.

Lunação na 12ª Casa: Passado o furacão social, você está pronto(a) a fazer um retiro para examinar seu eu interior. Sem dúvida o ano deixou você com muitas questões para ruminar, muitos nós para desatar. Reconheça que você tem uma necessidade válida de se recolher e se reorganizar de vez em quando. A 12ª casa lida com as esferas inconscientes, espirituais e mediúnicas. Tratar esses níveis profundos do eu exige paz e tranqüilidade. Se você se aventurar pelo mundo além do necessário neste momento, pode se desgastar. Você também pode perder uma importante oportunidade de desenvolver a autopercepção.

Ao perseguir sonhos, meditação, escritos ou outros caminhos de autoconhecimento, você poderá retornar ao mundo no mês que vem, de forma mais centrada. Você estará menos propenso(a) a repetir os padrões de auto-sabotagem. Caso se encontre num período emocionalmente difícil, pode ser por estarem aflorando sentimentos reprimidos ou hábitos

autodestrutivos. É importante reconhecê-los, porque de outro modo eles poderão causar comportamento neurótico ou doenças psicossomáticas. (Quando a Lua está cheia aqui, pode haver tensão porque a 6ª casa exige que você atenda questões de trabalho ou saúde.)

SEU BUQUÊ DO MÊS: Você poderá encontrar apoio para o trabalho com sonhos, meditação ou outras práticas espirituais em **Mugwort** ou **Lotus**, preparados por Pegasus ou FES. O floral **Angel of Protection**, da Pegasus, é altamente recomendado para as questões da 12ª casa. As combinações preparadas pela Desert Alchemy para amparar o crescimento espiritual incluem **A Way to the Godself** e **Angel Love**.



À medida que você foi lendo as 12 lunações, é possível que tenha sentido a perfeição do padrão. Elas formam um ciclo completo em que cada casa conduz logicamente à seguinte. Pela atenção consciente às questões relativas às 12 Luas novas e cheias, você pode introduzir substanciais melhoras em todas as áreas no decorrer de um ano. As lunações também colocam você em contato com as emoções, seja porque você conscientemente trabalha nelas, seja porque surgem à superfície exigindo atenção. Apesar das reputadas oscilações de humor dos tipos lunares, a regularidade do ciclo da Lua assegura que as questões dos 12 signos recebam todo ano o que lhes é devido nas Luas mensais e nos ciclos de eclipse. Talvez só nos tenhamos tornado excessivamente instáveis porque ficou muito difícil continuar em contato com esses ritmos naturais. Trabalhar com eles conscientemente pode levar você à integridade e ao equilíbrio.

Encontro da Cultura Lunar com o Mundo Solar

Na maioria dos empregos, você não pode dizer ao chefe que a Lua está em Peixes, portanto o dia não é assim tão bom para fazer aquela apresentação ao cliente, ou que você não quer fazer televendas porque a Lua está vazia. Tampouco seu supervisor seria extremamente solidário, caso você quisesse esperar duas semanas, para poder começar um projeto na

Lua nova. O que pode fazer alguém preso a um esquema rígido de 9:00 às 18:00h, com pouca autonomia sobre as tarefas? Siga essas diretrizes tanto quanto possível, organizando suas tarefas para se adequarem ao signo lunar. Entretanto, se não lhe resta saída, com a Lua em Peixes, a não ser fazer uma apresentação, use a Lua em Capricórnio, alguns dias antes, para aperfeiçoá-la. Pegue também aquelas idéias desenvolvidas durante a reunião com o cliente, e por mais criativas que pareçam, coloque-as sob ponderação, refletindo nelas posteriormente com mais cuidado. Ainda assim, a maioria de nós tem alguma liberdade para organizar o trabalho, e, certamente, nossas vidas pessoais. Usar um calendário astrológico como agenda conserva ao alcance da mão o conhecimento das condições atuais.

CAPÍTULO 7

AS FASES DA LUA, OS CICLOS VITAIS E A FILHINHA DA MAMÃE

Nas religiões primitivas, a Lua era venerada como a Grande Mãe. Sexista ou não, para nós mulheres freqüentemente a Lua é, devido à maneira como somos criadas em nossa cultura, mais importante que o Sol. Ao combinarmos a percepção intuitiva astrológica com aquela que nos vem da moderna psicologia, podemos entender melhor porque nossas mães têm uma influência tão forte sobre nós. Não importa se nunca a visitamos, nem se ainda está viva, pois ela continua a viver dentro de nós. Ela é inculcada numa idade tão precoce que nem mesmo nós lembramos disso. Quanto mais velhas ficamos, e quanto mais assumimos os papéis lunares tradicionais, mais começamos a nos comportar em geral à maneira dela, por mais que tentemos ser diferentes.

A astrologia popular timidamente denomina de filhos da Lua as pessoas nascidas sob o signo de Câncer. Num sentido mais amplo, todas as mulheres são *filhas* da Lua — filhas de nossas mães e moldadas à sua imagem. Nós não conseguimos ser íntegras até deixarmos de ser as filhas de nossas mães ou pais, até sermos nós mesmas — até que tenhamos rompido os vínculos da cadeia cósmica e nos libertado. Podemos amar nossas mães até quando não gostamos delas, mas não conseguiremos ser nós mesmas até termos desfeito o nó materno. Quando o fazemos, já não somos as filhas da Lua, mas, isso sim, podemos integrar o Sol e a Lua de uma forma positiva e equilibrada.

Homens, não quem ignorá-los aqui, só que não tenho conhecimento suficiente para escrever sobre o efeito das mães em vocês. Sem dúvida, nas fases da vida de um homem há efeitos paralelos a esses, mas deve haver diferenças, pois as mães lidam de modo diverso com filhas e filhos.

Talvez algum leitor do sexo masculino se inspire para escrever alguma coisa que nos esclareça. No ínterim, você pode ler este capítulo para ver como se aplica a seu caso. Saiba porém que não é a mesma coisa. A cultura não os pressiona para serem lunares, como faz com as mulheres, porém em vez disso pressiona-os para que reprimam seu lado lunar. ("Poxa, mãe! Não fique me abraçando na frente da rapaziada!")

O Vínculo Mãe/Filha

Vamos fazer o esboço da influência da mãe nos limiares lunares — a infância, a adolescência, a emancipação, e nossa própria vez de sermos mães. A cada passo, os significados astrológicos da Lua iluminam o assunto. Trânsitos ou progressões da Lua natal geralmente acompanham essas fases. Você talvez queira amplificar essas breves explicações lendo mais detalhadamente sobre essas fases, trabalhando com elas, descobrindo como se aplicam a você e analisando seu mapa natal.

A Mãe e a Menininha: A Lua em nossos mapas descreve o cuidado que recebemos no começo de nossas vidas, vindo de nossas mães ou suas sucedâneas. Por seu signo, casa e aspectos, a Lua mostra se nossas mães nos deram, ou não, segurança e confiança básica em nosso mundo. A Lua rege os seios e o estômago. Existe evidência de que até numa área tão fundamental quanto a alimentação, as meninas podem ser tratadas de modo diferente dos meninos. Por exemplo, num estudo sobre cuidado infantil realizado na Itália, Belotti constatou que quase todos os meninos eram amamentados ao seio, ao passo que apenas 2/3 das meninas o eram. As mães desmamavam as meninas mais cedo e só dedicavam à amamentação destas a metade do tempo dedicado aos meninos.[1]

Na Índia, as meninas são amamentadas ao seio durante um ano, enquanto os meninos o são durante dois. O infanticídio feminino pela fome reduz naquele país o número de crianças de sexo feminino a apenas 80, para cada 100 crianças do sexo oposto.[2] A moderna tecnologia contribui ainda mais para a proporção desigual. Hoje em dia na índia faz-se

[1] Susie Orbach, *Fat Is a Feminist Issue* (Nova York: Berkley Bocha, 1978), p. 18.

[2] Gloria Steinem, "Politics of Food", MS. fevereiro de 1980, p.48.

grandes negócios testando mulheres grávidas para determinar se terão um filho de sexo masculino. Freqüentemente, elas preferem o abono a darem à luz a uma menina.

Nos Estados Unidos, um número reduzido de mulheres amamenta ao seio seus filhos, mas as diferenças na amamentação de meninos e meninas ainda existe. As donas-de-casa freqüentemente guardam as melhores carnes e porções para seus maridos e filhos em crescimento. (Os capítulos 6 e 7 têm mais a dizer sobre alimentação e seu significado no relacionamento mãe-filha.)

As mães mantêm as filhas mais perto de casa e educam-nas para serem mais dependentes que os meninos, novamente enfatizando a importância da Lua. Os meninos são encorajados a serem mais aventureiros e confiantes em si mesmos — "Comporte-se como um homenzinho" —, enquanto as meninas são ensinadas a terem medo de tentar novas coisas e de sair sozinhas. Pelo modo como são treinadas por suas mães, as meninas estão mais propensas que os meninos a permanecerem num tipo sufocante de proximidade chamado co-dependência. Ao aprenderem a ser co-dependentes, as mulheres chegam à convicção de que não conseguem sobreviver por conta própria. Legítimo na infância, esse estágio de desenvolvimento continua, contudo, como um modo de vida para muitas mulheres. Se formos superprotegidas em garotinhas, cresceremos com medo de tentar fazer as coisas por nossa conta e risco. Com freqüência, permanecemos amarradas a nossas famílias por mais tempo que nossos irmãos. Transferimos a dependência para nossos maridos, ao nos casarmos, e educamos nossas filhas da mesma forma. A Lua representa dependência, e devido aos medos instilados em nós, somos geralmente mais dependentes que os homens.

As emoções e a maneira como lidamos com elas são outra área descrita pela Lua. Mais uma vez a Lua tem muito peso no mapa de uma mulher, pois as mulheres são autorizadas a serem mais emotivas, e aprendemos com nossas mães o que fazer de nossos sentimentos. O modo como nossas mães reagem a nossa raiva, alegria, dor e outros sentimentos irá determinar se nos sentimos livres para expressá-los. Ele também decide como é que, por nossa vez, reagimos ao sentimento de outras pessoas.

Em todas essas áreas, a mãe geralmente trata a filha como sua própria mãe a tratou, daí as ligações na cadeia cósmica serem forjadas de

uma geração a outra. Freqüentemente, ao traçar a história familiar por intermédio de mapas astrais, você constatará que os signos e aspectos lunares das mulheres são semelhantes. Por exemplo, uma mãe que tenha Lua em Capricórnio pode dar à luz uma filha que tenha uma conjunção de Lua com Saturno.

A Lua e as Imagens de Feminilidade: Outro modo pelo qual a Lua é importante nos mapas das mulheres é que nossas mães nos ensinam bem cedo na vida o que significa ser uma mulher. Nós nos identificamos e copiamos os padrões de nossas mães, no que se refere a atividades femininas. Os meninos, por outro lado, imitam mais aos pais, outra razão pela qual a Lua se reduz em impacto no mapa de um homem. Essa imitação de padrão dificulta para a mulher a aquisição do senso de onde ela termina e a mãe começa. Nós podemos nos sentir culpadas ou pouco femininas, ao agirmos diversamente daquilo que as palavras e comportamento de nossas mães nos ensinaram.

O signo, casa e aspectos da Lua natal mostram que tipo de mulher era nossa mãe e que idéias ela ensinou sobre feminilidade. Minha mãe estava longe de babadinhos e cachinhos, como modelo de papel. Ela saía para caçar com meu pai, ajudou a construir uma casa desde os alicerces e era capaz de trocar um pneu num piscar de olhos. Minha Lua em Áries, em trígono (um aspecto harmonioso de 120°) com Marte mostra-a como uma mulher atípica, mas cheia de recursos. Com ela a servir de exemplo, eu mesma não sou exatamente Vanna White. No próximo capítulo, quando são mostrados signos e aspectos específicos da Lua, você verá as imagens da condição feminina que talvez tenha recebido de sua mãe. (Como você verá no capítulo sobre os homens, eles também absorvem de suas mães as idéias que têm sobre o que deve ser uma mulher. Essa informação está codificada suas Luas, mas é normalmente vivenciada com as mulheres que fazem parte de suas vidas.)

A Mãe na Menarca: Aos cinco anos de idade, já aprendemos a maior parte do que nossas mães têm a nos ensinar sobre a condição feminina. Entretanto, as idéias permanecem abstratas — "Você vai descobrir quando ficar mais velhinha." Depois de nossos seios crescerem e começarmos a menstruar, mis idéias já não são mais abstratas. Biologicamente, nós nos

tornamos mulheres, na crise física e emocional da puberdade. (A Lua progredida pode ser oposta à Lua natal nesse ponto.) Nos rapazes, os seios não crescem, nem eles menstruam, mas em vez disso desenvolvem uma fisiologia marciana — voz mais grave, mais pêlos no corpo e musculatura.

A menarca (a primeira menstruação de uma menina), é o rito de passagem para a feminilidade, uma drástica confirmação de que nos juntamos às fileiras, e de que nós mesmas já podemos ser mães. Até aí somos tratadas como crianças e recebemos alguma liberdade, sendo autorizadas a correr um pouco com os meninos. A partir daí, a pressão se estabelece e espera-se que nos comportemos como exige nossa cultura. Devemos ser sedutoras, porém como damas elegantes; não competir mais com os homens, porém ao contrário, interessar-nos em agarrar um marido, aprender a cuidar de uma casa e a educar uma família. Espera-se que sejamos como a mãe — cada vez mais lunar com o passar dos meses. (A combinação preparada pela Desert Alchemy, **The Miracle at Menarche**, ajuda as adolescentes a atravessarem essa passagem, ajudando também mulheres adultas que tenham qualquer dificuldade remanescente dessa introdução ao ciclo menstrual.)

A Mãe e a Filha Adolescente: A mãe é a principal instrutora e reforça as exigências da sociedade, o que provoca uma crise na relação mãe-filha durante a adolescência. Algumas de nós escaparam da pressão direta de nossas mães, que eram esclarecidas, mas a sociedade ainda nos cerca. É muito raro o caso de uma mãe que não seja pelo menos subliminarmente afetada pela programação. Em especial, ela se preocupa com que engravidemos, portanto, procura nos ligar mais de perto à casa e supervisiona nossos namoros. Se ela não está à vontade com a própria sexualidade, nós o sentimos. Isso aumenta nossa confusão, tornando-se pane de nossos sentimentos em relação ao fato de sermos mulheres. (O floral **Alpine Lily**, da FES, ajuda nos casos em que foi negativa a programação de nossas mães em relação ao corpo e à sexualidade femininos.)

A rebelião da adolescência pode ser parcialmente explicada pela mudança na relação com nossas mães, causada por nossos novos corpos femininos. Talvez fiquemos ressentidas diante das restrições e expectativas.

Simultaneamente, constatamos que o destino de nossa mãe pode ser o nosso — que também somos criaturas lunares. Passamos a nos identificar ainda mais com ela, e no entanto devemos nos rebelar e nos desvincular, para nos tornarmos mulheres e não crianças.

A astrologia fornece algumas perspectivas interessantes dos anos da adolescência. Urano e Aquário estão associados à adolescência. Ou se rompe a dependência mãe-filha nos anos da adolescência ou a luta da menina para se transformar num indivíduo está mortalmente condenada. Urano rege Aquário e tem muito a ver com a independência e a autonomia. A adolescência, com suas revoluções de Urano, marca um ponto decisivo na ligação mãe-filha. Naquela idade, começamos a buscar junto a nosso grupo a validação e as diretrizes, em detrimento de nossa mãe. Sentindo-se isolada, ela pode tentar enrijecer ainda mais o controle.

A Jovem Mulher Adulta e sua Mãe: A evolução da mulher jovem para a fase adulta faz prosseguir a batalha entre autonomia e co-dependência. Ou ela se torna mais uraniana (uma pessoa individual, autônoma, em seu próprio caminho), ou se torna mais lunar (acomodando-se aos papéis tradicionais, com um marido e, talvez, filhos), ou se transforma num equilíbrio entre os dois. O planeta Urano rege a rebelião, as separações, as rupturas e a independência. Ele é abrupto em seus efeitos. Para muitas mulheres a luta para se tornar um indivíduo auto-suficiente é marcada por um súbito momento de rebelião no qual declaram sua intenção de viver segundo suas próprias regras a partir daquele momento. É uma declaração de independência pessoal. Pena nossas mães não serem capazes de ver que nossa declaração significa independência também para elas — de não ficarem mais atadas à condição de nossas mães.

Nancy Friday, autora do clássico, *Our Mothers — Our Selves*, acredita que nossa separação em relação a nossas mães é apenas externa. Quando nos separamos mais, podemos nos apanhar fazendo coisas à maneira dela. A imagem feminina que recebemos dela se torna agora ainda mais forte no inconsciente, pois levar a mãe dentro de nós torna menos assustadora a viagem até a fase adulta. A mobilidade geográfica pode realmente tornar mais difícil a separação. Colocar distância entre ela e nós não

é uma resolução real desse estágio normal de desenvolvimento, pois pode nos vincular mais fortemente e de forma inconsciente à maneira de ser de nossas mães.[3]

Falamos num capítulo anterior sobre o crescente sentimento antimaternal e as pressões sociais que nos rotulam de neuróticas se continuamos próximas de nossas mães. Como os trânsitos de Câncer se correlacionaram com a erosão de outros apoios de nossas necessidades lunares, o vínculo mãe / filha se torna um foco com ênfase exacerbada. Nossas mães podem ser alvo de raiva deslocada quando necessidades insatisfeitas afloram o suficiente para percebermos que estamos zangadas com todas as exigências e perdas. Essa rejeição raivosa de nossas mães, esse repúdio, é uma defesa contradependente. A verdade é que o vínculo mãe/filha pode ser construtivo, algo que apóie a ambas através dos difíceis tempos que vi-vemos. Somente quando o vínculo é co-dependente, e não apoiador, é que impede ambas as partes de crescerem.

Filhas que acreditaram no Mito da Mãe Perfeita, ficam zangadas quando as mães não conseguem corresponder ao mito. Quando aceitamos a responsabilidade por nossas vidas e compreendemos o estresse a que nossas mães estão submetidas, então podemos fazer a elaboração para a única resolução real do vínculo, que é o perdão. (Uma seção do próximo capítulo pode ajudar o processo.) Então temos a possibilidade de nos tornarmos amigas de nossas mães, numa relação de adultas equivalentes e independentes.

Em certo sentido, jamais nos livramos de nossas mães até conseguirmos vê-las como separadas, e compreender as circunstâncias que lhes moldaram a maneira de lidar conosco. Aos 30 anos, uma de minhas amigas finalmente conheceu um segredo de família que explicava grande parte do comportamento difícil de sua mãe. O segredo era que seus pais se divorciaram porque o pai espancou a mãe. Depois de sabê-lo, ela compreendeu muitas das reações de sua mãe para com ela e com os homens. Ela reagiu de forma amorosa, enviando à mãe um buquê de rosas. Somente pela empada com nossas mães na qualidade de pessoas lunares como nós mesmas, conseguiremos finalmente a liberdade e a separação.

[3] Nancy Friday, *My Mother/My Self: The Daughter's Search For Identity* (Nova York Dell, 1975).

No decurso dos anos, realizei leituras de mapa astral para milhares de mulheres, que eram profissionais liberais, cujas mães não fizeram uma carreira. Sobretudo nos casos em que a profissão envolve competição e liderança, e não o cuidar de outrem, essas mulheres freqüentemente se inspiraram mais no pai do que na mãe, como modelo a seguir. Em suas vidas profissionais, expressam tipicamente seu Sol e os aspectos deste e, mais que sua Lua, elas expressam a 10ª casa e o Meio-Céu. Elas se identificavam fortemente com o pai nos padrões e estratégias profissionais, inclusive pontos fortes e comportamentos desajustados. Elas tentam seguir a orientação dele e satisfazer-lhe as expectativas. Com freqüência, os obstáculos que encaram são as fraquezas e insucessos paternos, que elas tendem a repetir. Se o pai valoriza mais os filhos que as filhas, é árdua a tentativa de viver segundo o modelo estabelecido por ele. (Os florais **Saguaro** e **Sunflower**, de várias marcas, e Red Helmet Orchid, da Australian Bush Flower Essences, são valiosos na elaboração de problemas de autoridade relacionados com o pai.) Este padrão irá se alterando à medida que mais mulheres forem tendo por modelo mães profissionais liberais, de modo a poderem inspirar-se tanto na Lua quanto no Sol.

A Filha Torna-se Mãe — Mais um Elo se Forjou: No capítulo 9, discutiremos o processo de se tornar mãe e a intensa crise emocional que o acompanha. O nascimento de uma nova geração muda o vínculo que temos com nossas próprias mães. Ela agora nos aceita como adultas, mas só porque enveredamos finalmente por um caminho de vida lunar. Talvez nos tornemos mais próximas porque agora temos mais em comum e podemos nos identificar ainda mais com ela. Simultaneamente, porém, Mamãe com freqüência aumenta a pressão para nos assemelharmos a ela — para cuidarmos do bebê da mesma maneira que ela cuidou de nós. Uma segunda Declaração de Independência poderá ser necessária para colocar a Vovó em seu lugar.

Com freqüência, nós simplesmente fazemos a jogada dela, já que, sem perceber conscientemente, nós lhe absorvemos o estilo de maternação — vivemos aquilo que aprendemos. Por mais que tentemos ser diferentes, a mãe que tivemos é freqüentemente a mãe em que nos tornamos,

a não ser que trabalhemos conscientemente para transcender quaisquer padrões indesejados. O nascimento de um filho também dá nova influência à nossa Lua pessoal — uma mulher sem filhos normalmente tem menos necessidade de limitar sua vida às funções lunares e pode ser mais venusiana. Este é outro ponto em que a Lua importa menos no mapa de um homem. Pouquíssimos homens são os principais responsáveis pela criação dos filhos.

A Lua de seu mapa não só mostra que tipo de mãe você teve, como também o tipo de mãe que você provavelmente será! Freqüentemente, quanto mais nós divergirmos no intuito de sermos diferentes, mais terminamos por criar o mesmo efeito. A seção "Que Espécie de Mãe/Pai Seria Você?", no Capítulo 9, fará uma exploração dos signos lunares a partir dessa perspectiva. Também, à medida que for lendo, no próximo capítulo, a seção Recados da Mamãe, talvez encontre mensagens de sua própria mãe. Se você tem filhos, poderá reconhecer, consternada, a si mesma e as mensagens que poderia estar enviando a eles. O floral Ancestral Patterns Formula, da Desert Alchemy, pode ajudar a clarificar e abolir essas repetições indesejadas.

A Mãe Volta a Ser Criança — Os Anos de Declínio: Outro estágio do ciclo vital que pode parecer remoto neste momento, é a fase idosa da mãe. Se ela viver o suficiente para ficar debilitada e necessitada de nosso cuidado, podemos nos apanhar vivenciando uma difícil mescla de reações. Podemos nos sentir amorosas e carinhosas, principalmente se a relação tiver sido boa, mas esses sentimentos são também muitas vezes temperados pelo tédio ou por genuíno ressentimento. Não está previsto que as mães fiquem doentes ou velhas algum dia! Ante a visão de sua fragilidade, podemos nos sentir estranhamente espoliados da figura onipotente que ela se converteu em nosso inconsciente, durante nosso crescimento. Ainda assim, freqüentemente ocorrem a cura e o perdão, ao enxergarmos que ela é apenas um ser humano qualquer, tão falível e vulnerável quanto nós mesmas.

Muitos homens que evitaram a integração de seu lado lunar têm especial dificuldade em lidar com o declínio de suas mães. Eles podem se fechar, evitando visitas ou telefonemas, e muitas vezes relegando o

cuidado da mãe à própria esposa. Os homens mais lunares podem descobrir seu lado protetor se evidenciando, mesmo que só emocionalmente, à medida que ajudam a cuidar de suas mães.

A Morte da Mãe: Se ainda não aconteceu, acontecerá algum dia, por mais que, no momento, possa parecer inacreditável. Se você amava sua mãe e encontrava nela uma inesgotável fonte de apoio, a perda pode causar um coração profundamente ferido, que leve muito tempo para curar. Por outro lado, quanto mais difícil o relacionamento, maior poderá ser o sentimento de perda. Todos os "ah, se eu tivesse", o remorso pelo que jamais aconteceu, surgem com intensidade e necessitam ser elaborados. Com Aquário na 8ª casa do círculo do Ascendente Câncer, nossa tendência é abandonar os moribundos e os destituídos. Nós nos distanciamos para não termos de sentir coisa alguma em relação a essa perda monumental. Somos modernos demais para ficar batendo no peito ou rasgando a roupa; demonstrações de emotividade durante o enterro, nem pensar. Se você evita lidar com a dor da perda, pode causar a si mesma enormes prejuízos lunares. Sufocar intensos sentimentos suscitados pela perda talvez ocasione um trancamento emocional geral ou uma depressão mais generalizada.

Se sua mãe faleceu e seu luto durou pouco, talvez descubra, dentro de alguns anos, quando tiver um trânsito de um planeta exterior pela Lua, que ele não foi tão completo quanto você acreditou. Um amigo que fora adotado relatou que sentiu muito pouco pesar ao morrer sua mãe adotiva. No entanto, quando morreu o gato que ele criara durante anos, mergulhou numa tristeza profunda e inconsolável, não só pelo gato, mas também por sua própria mãe. (Sua Lua na 1ª casa em Gêmeos fazia um quincunce com Netuno.)

A morte da mãe, entretanto, é um rito de passagem importante, e não de todo negativo. Podemos emergir plenamente da sua sombra e parar de moldar nossa vida para agradá-la — ou desagradá-la. No primeiro ano após sua morte, podemos descobrir que paramos de encarnar suas neuroses e deficiências, que ela transmitiu psiquicamente para nós enquanto esteve viva. Podemos empreender ações surpreendentes em diversas áreas lunares da vida, agindo por conta própria como seres mais

individualizados. Essa fase pode levar as mulheres a descobrirem novas expressões para os papéis femininos. Para os homens, pode alterar suas relações com as mulheres e com seu próprio lado feminino. Se o nó materno estava apertado demais, o falecimento da mãe pode lhes permitir uma ligação mais intensa com suas parceiras.

As essências que ajudam a elaborar esse processo — mas sem lhe impedir de sentir a perda — incluem **Bleeding Heart** e **Golden Eardrops**, da FES, Starfish e Purple Crocus, da Pacific Essences, e Wolfberry da Desert Alchemy. As essências ajudam você a estar presente em sua própria tristeza e na de outros. Úteis para os moribundos, na transição que estão fazendo, e para os sobreviventes, para sentir a conexão do depois, é o floral **Angel's Trumpet**, de FES, e **Transitions Formula**, da Desert Alchemy.

Eclipse Lunar — Quando a Mãe não Estava ã Altura da Tarefa: Até agora estivemos falando de mães bastante comuns. Nossas relações com nossas mães podem ser suficientemente conturbadas, quando lidamos com o tipo comum — mães cuidadosas e carinhosas mas emocionalmente analfabetas. Entretanto, as dificuldades ficam potencializadas quando existem sérios problemas de família, como um pai alcoólatra ou abusivo, ou quando a própria mãe era viciada, abusiva ou doente mental. Semelhantes desajustes tornam o nó materno ainda mais difícil de desatar. Filhos pequenos de mães abusivas, por exemplo, trabalham mais intensamente para agradá-las e se agarram de forma ainda mais leal e tenaz. Quando percebemos a mãe como vítima — digamos, dos abusos do pai ou de uma séria doença crônica — sentimos culpa pela necessidade de nos separar, e impotência pela incapacidade de tudo fazer por ela. (Para tanto você poderia experimentar o que eu chamo de Remédio do Resgatador — misture **Pine** e **Red Chestnut**, de Bach, com **Red Clover** e **Pink Yarrow**, da FES.)

Se a Mamãe morre enquanto estamos em crescimento, a tristeza e a raiva de sermos abandonados pode durar anos. Como o mundo solar restringe o luto, esses sentimentos podem se tornar inconscientes e ainda mais poderosos. Felizmente, para ajudar a curar os problemas maternos, existem hoje ferramentas, como estas — florais, livros sobre

famílias desajustadas, oficinas, grupos de apoio e terapeutas bem-informados. Não existe nenhum floral capaz de curar magicamente as feridas deixadas por um passado de família desajustada. Eles não são fórmulas mágicas, e sim, apoio para outros trabalhos de recuperação. Se eu fosse mencionar só um que se mostrou eficaz na elaboração da co-dependência, este seria a combinação preparada pela Desert Alchemy, **Making and Honoring Boundaries**. Outros florais importantes para quem provém de famílias desajustadas seriam Echinacea, **Evening Primrose**, **Mariposa Lily** e **Golden Eardrops**, da FES. Nestes casos, contudo, para tornar mais eficaz e suave o trabalho com as essências, talvez seja melhor, além de seus outros esforços de recuperação, a consulta a um especialista experiente em essências. As empresas listadas no Capítulo 5 podem oferecer serviços ou recomendar alguém na região onde você vive.

Desajustes ou interrupções na maternação freqüentemente aparecem no mapa natal como aspectos difíceis da Lua, relacionados a Marte, Saturno, Quíron, Urano, Netuno e Plutão — normalmente a conjunção, a quadratura ou a oposição. Sérias dificuldades são mais prováveis quando a Lua tem mais de um aspecto difícil. Alguns signos lunares são propensos a desajuste familiar— Escorpião, Capricórnio e Peixes — mas, geralmente, só quando a Lua tem aspectos negativos. A Lua na 8ª ou 12ª casas às vezes significa perdas ou interrupções de maternação. Plutão, Netuno ou Saturno no Ascendente, Meio-Céu ou Fundo do Céu também pode indicar genitores ou condições familiares problemáticas. Um exemplo de sério desajuste materno e a co-dependência que, em geral, acarreta será analisado a seguir.

Um Estudo de Co-dependência — Liza Minnelli e Judy Garland

A co-dependência tem sido um clichê da década de 90, e eu escrevi extensivamente sobre ela num capítulo de *The Consulting Astrologer's Guidebook.* Entretanto, trata-se aqui de um importante conceito, pois fala muito sobre a ligação excessivamente vinculadora entre mãe e filha. A co-dependência é um vício de relacionamento no qual permitimos que as

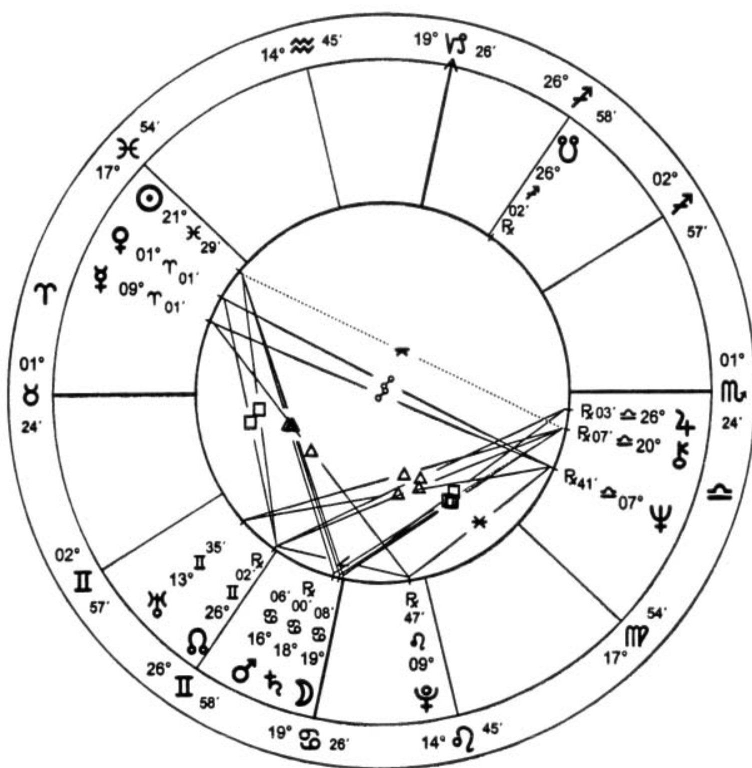
necessidades e o comportamento de outra pessoa governem nossa vida, freqüentemente com um foco obsessivo. Ficamos numa simbiose de xipófagos, que não equivale ao amor, e que é, ao contrário, o medo de não sobreviver sem o outro. É um padrão comum de relacionamento entre aqueles que foram criados em famílias de alcoólatras ou sujeitas a outros desajustes.

Os mapas de Liza Minnelli e sua mãe Judy Garland são mostrados aqui (ver mapas 4 e 5.) Enquanto Judy estava na pior fase de alcoolismo e dependência química, Liza assumiu o papel parental em relação à mãe. A partir dos 10 anos, ela esmolou comida para as duas e ficou de plantão junto à mãe para que esta não se suicidasse. Quando não podiam pagar as contas, ela se esgueirava para fora dos quartos de hotel e encontrava outro lugar onde pernoitarem. Finalmente, partiu para Nova York aos 16 anos, com menos de 100 dólares no bolso, para tentar uma carreira musical. Apesar do relacionamento turbulento, permaneceu leal à mãe e até hoje não fala sobre esta em entrevistas.

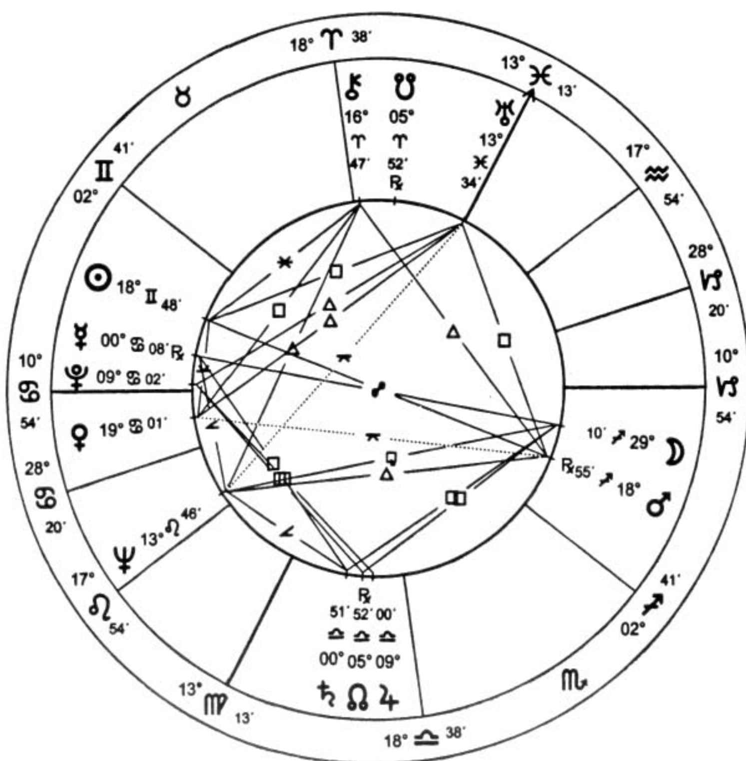
Nós não analisaremos aqui todas as características astrológicas e psicológicas dos filhos adultos de alcoólatras ou famílias desajustadas, exceto para dizer que tanto Netuno quanto Plutão figuram pesadamente. O que é relevante, entretanto, é que eu também descobri uma fone ênfase do signo de Câncer nesses mapas. Neste exemplo, nem Liza nem Judy têm o Sol em Câncer. Entretanto, Liza tem uma conjunção de Lua, Marte e Saturno em Câncer, e Judy tem naquele signo o Ascendente, Mercúrio, Vênus e Plutão. (Todos esses planetas estão nos setores Gauquelin — isto é, a 10° de qualquer um dos lados dos quatro ângulos — e, assim, são influências muito fortes.)

Nem todos os cancerianos provêm de famílias desajustadas — alguns provêm, de fato, de famílias muito ajustadas. Entretanto, parece tratar-se de um daqueles casos em que "quando é bom, é ótimo; e quando é ruim, é pavoroso". Dada a forte ênfase canceriana na casa, na família e na educação, deve ter sido extremamente doloroso e assustador para Judy e Liza viverem daquela forma. Como Judy, Liza acabou viciada, em pane, sem dúvida, como resposta a essas privações lunares. Entretanto, ela tem frito tratamento e sua vida tem melhorado com isso.

Felizmente, agora estamos numa época de consciência muito maior em que há tratamento para a dependência química e para os resultados



Mapa 4. O horóscopo de Liza Minnelli, nascida a 12 de março de 1946, Los Angeles, CA, às 7:58 horas PST Dados da certidão de nascimento fornecidos por Ruth Hale Olivier em Dell no. 12, 1966. Reimpressão autorizada, extraído de Profiles of Women, *de Lois Rodden* (*Tempe, AZ: American Federation of Astrologers, 1979*).



Mapa 5. O horóscopo de Judy Garland, nascida a 10 de junho de 1922, em Grand Rapids, MN, às 6:00 horas CST. Dados da certidão de nascimento coletados por E. Steinbrecher. Reimpressão autorizada, extraído de Profiles of Women, *de Lois Rodden* (*Tempe, AZ: American Federation of Astrologers, 1979*).

de se crescer numa família desajustada. Nessas famílias há uma profunda distorção nas áreas lunares da vida — mãe, casa, família, segurança e gerenciamento das emoções. Se você provém de uma família assim e está trabalhando para equilibrar seu hemisfério lunar, tire partido das ferramentas e programas de recuperação disponíveis, pois seria difícil recuperar a integridade sem eles. A postura contradependente que estivemos discutindo é comum entre aqueles que tiveram tais origens, mas não pense que tem de fazer tudo sozinha. Leia os livros, vá às reuniões e encontre terapeutas e praticantes de cura que sejam bem-informados.

Florais para as Fases dos Ciclos Vitais da Mulher

Seria irresponsabilidade de minha parte não aproveitar a oportunidade para escrever sobre o kit de florais Celebration of **Womanhood**, da Desert Alchemy. Como a contribuição especial dessa empresa parece residir em suas requintadas essências para questões femininas, insisti e pressionei Cynthia Kemp a preparar esse kit. Ele inclui florais de muitas fases do ciclo de vida da mulher: Thank Heaven for Little Girls, **The Miracle at Menarche**, **New Mother's Formula** e Woman of Wisdom. **Moontime Harmony** ajuda nos casos de TPM, **Birthing Harmony** é um apoio durante a gravidez e o Unlocking Sexual Grace permite uma exploração da sexualidade feminina. The Wild Woman é para a mulher que corre com os lobos, e Helpless Siren é para as que se acham incapazes de fazer algo por iniciativa própria, portanto precisam seduzir os outros para fazê-lo para elas. **Giving and Receiving Support** ajuda a estabelecer equilíbrio entre o cuidar e o ser cuidado. **Saguaro** Queen é para uma boa integração de nossas potencialidades masculinas e femininas — integrando nossos hemisférios solar e lunar. O kit também inclui **Making and Honoring Boundaries**, The Inner Mother e Single Mother's Formula. Pode ser considerado como um kit de auto-ajuda para mulheres, já que em várias ocasiões de nossas vidas nós (ou nossas parentas e amigas) podemos necessitar de quase todas essas combinações. Se você é um especialista que se concentra principalmente nas necessidades e questões femininas, poderá achar esse kit valioso. Esses florais também podem ser comprados

individualmente. (Não, eu não recebo nenhuma percentagem; eu apenas considero esses remédios excepcionais.)

Lua após Lua após Lua...

Uma viagem através dos estágios de nossa vida, a partir da perspectiva de nosso relacionamento com nossas mães, inevitavelmente evoca o ciclo infinito da Lua. A vida que você vive, a vida de sua mãe, a vida da mãe dela, e todas as gerações anteriores e posteriores repetem as fases, o tempo rodo.

Em cada limiar importante de nossas vidas e das delas, desde nosso desmame até sua morte, encaramos a exigência de maior autonomia. À medida que nos aproximamos desses limiares, devemos cada vez mais dizer adeus à mãe como aquela que zelou por nós e nos proteger. Devemos cada vez mais recebê-la como outro ser humano, igual a nós em seus estresses, inseguranças, anseios e necessidades.

Muitas de nós não desejam essa igualdade, e não nos sentimos à altura das exigências do próximo limiar. Ficamos amedrontadas e como defesa contra o medo, ficamos com raiva — dela, de nós mesmas e do mundo. O mundo é um lugar desafiador, com muito pouco a oferecer em matéria de úteros e cobertores de segurança. Como adultas, devemos construir úteros para nós mesmas, devemos tricotar nossos próprios cobertores de segurança e devemos aprender como deixá-los para trás.

CAPÍTULO 8

COMO CURAR O NÓ MATERNO

Vamos trabalhar aqui de forma íntima e pessoal, explorando a relação que você tem com sua mãe. A Lua de seu mapa natal, a 4ª casa, e qualquer planeta no signo de Câncer descrevem sua mãe. Os aspectos de sua Lua também mostram o efeito de sua mãe sobre você, conforme veremos. Repassaremos exercícios extraídos de meus *workshops* sobre mãe-filha, para que você possa praticá-los. Também identificaremos florais capazes de elucidar e aliviar o nó materno. Embora esses exercícios sejam principalmente destinados às filhas, os filhos também podem achá-los proveitosos, principalmente aqueles que foram alvo de abuso ou rejeição por parte de suas mães.

Recados da Mamãe

Nos mapas das filhas, a Lua tem muito a ver com as mensagens que recebemos de nossas mães sobre certas áreas importantes de nossas vidas. Essas mensagens nos ensinam o significado de ser mulher, o modo de lidar com os sentimentos, o acerto de se necessitar de outras pessoas e o comportamento a ser adotado quando, nós, por nossa vez, nos reunirmos às fileiras das mães. Algumas mensagens chegaram a nós em alto e bom som ("Ouça sua mãe, meu bem.") e outras vieram em código. As mensagens cifradas são mais perturbadoras, pois não estamos conscientemente atentas e, no entanto, elas nos governam do mesmo jeito. Podemos decodificar as mensagens se trabalharmos nisso — e a astrologia é um modo de fazê-lo. Elas se evidenciam nitidamente nos aspectos de sua Lua, além dos signos e da casa desta.

Nos trechos a seguir, usei o formato de cartas fictícias da mamãe, em

resposta a uma situação imaginária em que você quiçá pedisse ajuda. Talvez você jamais tenha recebido uma carta tão nítida, e talvez sua mãe nunca tenha verbalizado esses sentimentos. As cartas usam o exagero como efeito, mas aposto que a programação é, até certo ponto, real. Sem dúvida, diversas delas correspondem à verdade. Leia aquela que corresponde a seu signo lunar, mas se não conseguir se identificar com esta, o signo lunar pode estar sendo influenciado pelos aspectos principais de sua Lua. Consulte as cartas para quaisquer aspectos principais, conforme explicado no Capítulo 4. Se você tem Lua em Libra, mas ela também faz aspectos com Saturno, então o libriano "Minha Querida" pode ser menos exato para você do que o Capricorniano "Honrar Pai e Mãe". Isto é especialmente verdadeiro em relação aos aspectos de planetas exteriores, até mesmo os tradicionalmente fáceis. Se alguma das cartas não se aplicar ao caso, assinale-a com um "endereço equivocado", e coloque-a de volta na caixa.

Para os homens que estão lendo isto, vocês também receberam cartas da Mamãe, mas o trajeto é outro. Mesmo assim, abra a correspondência e veja se ela mostra alguma coisa sobre como sua Mamãe influenciou a idéia que você tem das mulheres e do que esperar delas. Será que a carta de seu signo lunar, por exemplo, não o recorda desconcertantemente de sua esposa? Acho que agora estou ouvindo o carteiro chegar...

Lua em Áries

Filha,

Como sempre, você vem me procurar chorando quando se encrenca. O que adianta chorar? Avalie a situação, pense num plano de ataque, e aí, mãos à obra! Se não há nada que você possa fazer, não adianta ficar choramingando por aí. Comece a trabalharem alguma coisa — você vai se sentir melhor com um troféu na mão.

Se nós mulheres nos desmoronarmos, o esquema todo vai desabar. Os homens são criaturas inúteis — se você não assumir o comando e não ficar empurrando, nada será feito. Eu fui mãe e pai para vocês, crianças, eu trabalhava e ainda tinha muita energia sobrando para dar conta da casa. Eu sei que nem todo mundo é tão forte quanto eu, mas onde é que

as coisas teriam ido parar, se eu tivesse me enfiado num buraco só porque estava um pouco deprimida? É hora de você começar a fazer as coisas por si mesma — eu não vou estar sempre por peno, recolhendo os cacos.

Escreva-me assim que tiver resolvido tudo. A falta de notícias já é uma boa notícia.

Mãe

Lua em Touro

Querida filha:

Sinto muito saber que está com problemas. Não vou dizer que avisei, mas bem que eu achei que você andava se afastando um pouco demais das maneiras antigas e seguras de fazer as coisas. Se eu faço o que meus pais fizeram, deve ser por uma boa e prática razão. Não se mexe no que está funcionando!

Mas há coisas que nunca mudam, e uma delas é que eu sempre vou estar presente quando você precisar de mim. Uma boa mãe é como dinheiro no banco — algo com que você pode contar. E, por falar em dinheiro, quanto vai custar para tirar você dessa complicação? Espero que você tenha algum dinheiro de reserva, mas me avise se precisar de uma ajudazinha. Afinal de contas, para que serve a mãe?

Amor,

Mamãe

Lua em Gêmeos

Sissie,

Eu soube por aí que você está tendo um "probleminha". Não vou revelar a fonte — eu sei que era segredo, mas Mamãe sempre consegue descobrir essas coisas.

O que mais me incomoda é que a perfeita comunicação que nós sempre tivemos — mais de irmãs que de qualquer outra coisa — parece que se rompeu. Sempre achei que uma moça devia poder conversar qualquer coisa com a mãe. Sei que você está magoada por eu ter contado a seu pai sobre

o aborto, mas eu não acho bom guardar segredos na família. Qualquer dia ele boa você de novo no testamento. As pessoas superam essas coisas

Portanto, querida, telefone-me e poderemos conversar sobre o assunto e chegar a uma perspectiva racional. Além disso, tenho boas fofocas para compartilhar com você. Você vai morrer de rir!

Hasta luego!
Jane

Lua em Câncer

Neném!

Se você não tivesse ido embora pra tão longe, isso jamais teria acontecido. Eu tentei tanto educar você da maneira como meus pais me educaram. Dediquei toda minha vida a ser uma boa mãe, a atender cada necessidade sua, e pelo jeito, isso não bastou. Estou magoada e zangada com o que você fez, mas uma mãe nunca vira as costas para um filho que precisa dela. Mesmo numa ocasião como esta, não consigo imaginar a vida sem vocês, meus filhos. Eu nunca perdoarei isso, até o dia de minha morte, mas nunca mais vou tocar no assunto. Por favor, querida, volte para casal

Sua mãe

P. S. Terça-feira é o aniversário de seu pai, e para ele seria tão importante que você telefonasse.

Lua em Leão

QUERIDA!!

Que HORROR! É claro que a mamãe-gata irá em seu socorro, mas só numa condição. Você deve fazer exatamente o que eu disser, e nenhuma palavra disso deve vazar NUNCA. Eu ficaria tão HUMILHADA que nem poderia andar de cabeça erguida aqui na cidade. Pense em nossa posição social! Nós somos uma família ORGULHOSA.

E nem eu quero ver você deprimida com isso na frente dos outros. Uma mulher deve estar sempre ensolarada, levantando o astral dos

demais, em vez de puxá-los para baixo. Afinal de contas, as pessoas querem se divertir e o ESPETÁCULO PRECISA CONTINUAR! Sorria, querida, você sempre terá

SUA MÃE!

P. S. Meu bem, quando vier, pode me trazer um pouco daquele perfume divino?

Lua em Virgem

Querida Filha:

Que pena você estar em apuros, mas agora você vê o que acontece quando não liga para os preceitos morais que lhe ensinei. Num envelope separado estou mandando minha análise da situação, mostrando em que pontos você errou, e com instruções detalhadas de como sair dessa trapalhada em que se meteu. Não quero criticar, querida, mas o que você estava achando? Eu sempre me alegro em ser útil. Isso é o que uma mãe deve ser — um modelo para seus filhos e uma inspiração para todos aqueles que estão afundados na carne imperfeita. Uma boa mãe jamais pensa em si mesma.

É pena que esteja transtornada, mas o fato é que se você fez a fama, agora tem de deitar na cama. E por falar em fazer cama, larguei o serviço da casa para escrever isso, mas agora preciso ir.

Como sempre,
Mamãe

P. S. Avise se continuar com problema de atraso, encontrei um remédio herbal espantosamente eficiente.

Lua em Libra

Queridíssima,

Sua Mamãe ficou muito triste em saber que você está com problemas. Por outro lado, fico muito contente de que isso esteja nos aproximando. Gosto tanto de você que faria qualquer coisa. Na minha vida, sempre

procurei colocar você em primeiro lugar— principalmente depois que as coisas com seu pai começaram a não funcionar do jeito que uma mulher sonha. Nós mulheres estamos sempre vivendo pelos outros — é pena que as pessoas quase nunca retribuem esta consideração.

Quer dizer que você também está sofrendo decepção com a pessoa amada. Ninguém vai amar e apreciar você do jeito que eu faço, e ninguém é tão bom que a mereça. Namorados vêm e passam, mas você sempre terá sua mãe. Volte urgente para mim, queridinha.

Todo o meu amor,

Mamãe

PS. Não devolva o diamante. Você merece ficar com ele.

Lua em Escorpião

Minha menininha,

Estou escrevendo essas linhas porque você já tem idade bastante para saber a amarga verdade sobre os homens e a vida. É melhor você aprender comigo o que com algum estranho, porque os outros não têm no coração, como eu tenho, aquilo que é melhor para você. Nem sempre eu falo abertamente o que penso, mas na idade em que está, eu fico preocupada com você e o sexo. Desde pequena, você já se sentia muito atraída pelos homens. Sempre tive medo de que você caísse na promiscuidade, daí eu ficar por peno para protegê-la de sua natureza carnal.

Na vida, o único lugar para o sexo é a procriação, se é isso que quer. Não era o que eu queria, mas, na sua idade, eu era um pouco maluquinha, e foi assim que aconteceu. Não que eu lamente os sacrifícios que fiz por vocês, meus filhos — afinal de contas, ser mãe é a única coisa que dá à vida de uma mulher seu verdadeiro significado. Mas também não vou fingir que não queria coisa muito diferente disso para mim.

Tudo valeu a pena quando penso que vou continuar a viver através de você e suas irmãs, quando eu já estiver morta e esquecida — o que não tardará muito, a julgar pelo jeito como tenho me sentido. Eu me pergunto como você conseguiu se virar sem eu estar por perto para

Orientá-la. Meta uma coisa nesta cabeça dura, a única pessoa em que você pode confiar sou eu --

— Sua Mãe

P. S. Queime esta carta — fica tudo entre nós.

Lua em Sagitário

Minha querida companheira de viagem,

Sei que você é minha filha, mas enxergo você como realmente é, um outro ser humano com tanta capacidade de ser sábia quanto a minha. Eu sou mais velha e mais experiente, e é por isso que lhe trago um conselho.

Você está muito perturbada com a situação em que se encontra, mas optar por ficar na perturbação emocional nada resolve. Eu sempre me esforcei para ensinar a você a olhar o lado ensolarado *e ver o* bem que pode resultar de um mau período. É para isso que as mulheres servem, veja só na História — para soerguer, inspirar e encorajar. Talvez nós tenhamos de dar um pouco mais, mas dar é mais abençoado que receber, como disse celta vez um velho e sábio filósofo.

Daqui a um ano você verá esse acontecimento de um modo completamente diferente. Existe uma lição a ser aprendida, é só você querer. Não é bom ficar entregue às emoções. Mergulhe num bom livro, aprenda alguma coisa nova, ou faça até uma viagem. Você vai ver que eu tenho razão. (Como sempre — ha! ha!)

Isso me lembra de uma história engraçada — ah, mas já é hora de dar minha aula de catecismo. Eu tenho de correr.

Mamãe

Lua em Capricórnio

Filha:

É minha obrigação avisá-la de que está estragando sua vida. Considere o efeito a longo prazo, e não pule em cima de qualquer prazer do momento. Ouça isso de alguém que passou pela escola das dificuldades

para poder sobreviver, você tem de firmar a carga nas costas e ficar de olho nas boas oportunidades.

Eu sacrifiquei tudo e trabalhei em dois empregos para dar a você todas as oportunidades, e agora você quer jogar tudo fora por amor? Amar um homem rico não é mais difícil do que amar um pobre — homem não é fácil de amar e ponto final. A mulher deve pensar na segurança e estabelecer uma sólida posição financeira, porque mais cedo ou mais tarde, vai acabar ficando com toda a responsabilidade por sua conta. Veja o que aconteceu comigo, com aquele inútil do seu pai. Você realmente espera que funcione de outro jeito com seu namoradinho?

Às vezes, parece que nunca vou ver a luz no fim do túnel. Mas se você conseguir alguma coisa, então vou sentir que todos os meus sacrifícios valeram a pena. Agora preciso ir embora. Eu trouxe para casa trabalho do escritório. Gostaria que você escrevesse com mais freqüência — "Honrar pai e mãe", é o que diz a Bíblia.

Como sempre,
Sua mãe

Lua em Aquário

Oi, colega!

Que bom que você finalmente ligou o fax para nós podermos conversar pelo correio eletrônico. É muito mais rápido!

Fiquei triste em saber de sua pequena calamidade. Não fiquei surpresa, pois meu astrólogo me avisou que Urano estava aspectando minha 5ª casa. A questão é que simplesmente estava escrito nas estrelas que isso não ia funcionar.

Sabe, nosso grupo de auto-ajuda recebeu um palestrante no mês passado que falou exatamente sobre isso. Você não é a única. Ele disse que é comum entre mulheres jovens e solteiras de nossa sociedade hoje em dia. Portanto, em vez de ficar sentindo pena de si mesma, por que você não começa um grupo para ajudar outras mulheres que estejam na mesma situação? De que outro jeito esse mundo vai mudar, se nós mulheres não formos ativistas e envolvidas nas coisas que nos dizem respeito?

No mínimo, você vai fazer alguns novos amigos. Amigos são tão importantes — as condições mudam constantemente, o mundo é inseguro, mas desde que você tenha amigos, tem uma vida plena e gratificante. Eu espero que você pense em mim como sua amiga, e não como sua mãe. A fase das fraldas já passou, e nós devemos nos relacionar como companheiras.

Não é tão liberador sermos tão modernas, sem aqueles vínculos sufocantes da co-dependência, de que nos fala John Bradshaw? Os programas dele na PBS realmente me abriram os olhos para o modo como nós capacitamos você, daí que eu convenci seu pai a parar de lhe mandar aqueles cheques mensais. Sei que os tempos andam difíceis para você, mas eles andam para todo mundo. Você vai me agradecer um dia por libertá-la desse último resíduo de co-dependência, para verdadeiramente podermos ser amigas. A reunião de meu grupo feminino é hoje à noite e me candidatei à direção. Tenho umas idéias novas sobre como ele deve ser conduzido.

Amor e Luz!
Mamãe

Lua em Peixes

Minha querida filhinha maravilhosa e perfeita,

Eu simplesmente senti que alguma coisa estava errada — antes mesmo de você telefonar, senti as vibrações e fiquei tão preocupada! Sei que você está sofrendo terrivelmente e sofro por você. Queria poder estar a seu lado, como seria próprio de uma boa mãe. Mas, infelizmente, tenho que voltar para o hospital, fazer outra operação. A dor é intensa, e mal consigo pensar, de tão deprimida.

Naturalmente, seu pai não ajuda nada. Por que os homens são tão insensíveis e as mulheres sempre terão que carregar os fardos dessa vida? Quando você era pequenininha, eu me preocupava tanto com você que passava noites sem dormir, mas seu pai simplesmente parecia não se importar. (Graças a Deus meus medos nunca se materializaram pelo menos, não até agora. Não vou incomodar falando neles.)

Pois é, filhinha, mais uma vez eu fracassei como mãe. O bom Deus

sabe como eu tentei, mas talvez você compreenda quando tiver passado por tanta tristeza em sua vida quanto a que eu passei. E talvez — talvez, quem sabe — você não vá me julgar tão duramente por tomar uns comprimidos que tornam a vida suportável.

Meu eterno amor e preocupação,
Sua desvalida mãe

O Arquivo Morto

Há dias em que não vale a pena abrir a correspondência! Para algumas de vocês, as cartas talvez tenham correspondido, linha por linha, a uma ou algumas cartas que vocês realmente receberam de sua mãe. Outras podem estar protestando, "Minha mãe nunca responderia daquele jeito! Ela estava sempre dando uma força." Talvez ela estivesse — que BOA mãe não está? — mas não terá chegado em código um pouco do conteúdo restante das cartas? Quem sabe ela amou você na carta inteira, até o finzinho, e depois lhe matou no P.S. Será que ela dizia uma coisa e fazia outra?

O que você pode fazer se a carta atingiu bem no alvo? Responder às cartas? Recusar-se a recebê-las? Devolver ao remetente? Jogar na circular? O problema não é a carta que você recebeu pelo correio, mas a carta dentro de seu inconsciente, o arquivo que ainda está no computador. Aquele arquivo é constituído de milhares de mensagens, verbais e não verbais, que sua mãe enviou e você recebeu diariamente, nos 18 anos ou mais em que viveu com ela. Eram recados tão constantes e às vezes tão sutis que você provavelmente já nem se lembra de onde partiram. Você os absorveu em seu pensamento, e parou de questioná-los.

Para essa espécie de mensagem você talvez precise de uma reprogramação. Terapia, grupos de auto-ajuda e *workshops*, florais e astrologia podem contribuir para isso. Você irá aprender muito com os exercícios extraídos de meus *workshops* para mãe e filha. Com esses métodos, esteja certa de que algum dia as mensagens destrutivas já não chegarão a você, pois terão ido parar no arquivo morto.

Florais para o Nó Materno

No Capítulo 5, aprendemos sobre os florais e corno eles podem nos ajudar com nossas emoções. Existem algumas essências profundamente restauradoras para ajudar você a trabalhar com os problemas que surgem do relacionamento com sua mãe. Uma das mais importantes é a **Mariposa Lily**, de FES. Ela é um bálsamo para quem se viu privado(a) de um vínculo positivo com a mãe, principalmente quando houve falta de cuidado materno ou uma separação. O floral **Golden Ear Drops**, da mesma empresa, ajuda a livrar-se de lembranças infelizes da infância. Para quem sofreu rejeição por parte da mãe, **Evening Primrose** pode ser um remédio que funciona a longo prazo. (Os filhos adotivos que se sentem abandonados pela mãe biológica podem igualmente achar restaurador esse floral.)

Barnacle é uma essência extraída de um animal marinho, pela Pacific Essences. A quem se sente abandonado pela mãe, ela permite encontrar dentro de si o cuidado, em vez de continuar eternamente a procurá-lo lá fora. **Milky Nipple Cactus**, da Desert Alchemy, ajuda a transformar a dependência em autonomia. (Sim, o nome é mesmo este aí!) Do mesmo fabricante, a essência **Organ Pipa Cactus** é imensamente reconfortante e acalentadora. A combinação **The Inner Mother**, de mesma procedência, acentua um profundo sentimento de segurança interna. Se você desejar parar de condenar e julgar sua mãe, experimente a fórmula deles, **Recognizing and Releasing Judgement and Denial**. Questões de limites que você pode ter com a Mamãe, ou por causa dela, reagem extraordinariamente bem à fórmula **Making and Honoring Boundaries**, da Desert Alchemy. Nos casos em que foram sérias as lesões causadas por antecedentes de família desajustada, você talvez queira consultar meu capítulo sobre cura do passado em *The Flower Remedy Handbook.* Use como coadjuvante de outro trabalho de cura as essências recomendadas. Em tais circunstâncias, a cura é um processo a que os florais darão apoio, mas normalmente é necessária outra assistência como terapia ou grupos de auto-ajuda.

Faça Você Mesma sua "Mãemectomia"

Os exercícios a seguir podem ser realizados num mesmo dia ou distribuídos ao longo de várias semanas. Seria proveitoso encontrar outras pessoas com quem trabalhar, já que o compartilhar a experiência tem efeito curativo. Separei os exercícios psicológicos dos que exigem conhecimento astrológico. Eles são particularmente úteis quando combinados, pois a informação astrológica acrescenta profundidade e objetividade aos exercícios psicológicos. Se você não está familiarizada com as técnicas astrológicas, deixe de lado a 2ª seção ou procure um astrólogo sensível. Uma boa ocasião para fazer esse trabalho seria uma Lua nova ou cheia adequada — digamos, uma que caia próxima à sua Lua natal ou em sua 4ª casa. Trânsitos de planetas exteriores por sua Lua ou FC (Fundo do Céu) seriam ocasiões especialmente intensas para o trabalho, embora a natureza da experiência vá refletir a natureza do planeta envolvido.

Primeira Parte: Exercícios Psicológicos ________________________________

Exercício Um: Faça uma descrição por escrito do que era sua mãe como pessoa. Você pode olhar pra trás, para ver como era ela na época em que você estava em crescimento, e escrever sobre isso, e também sobre o que ela é hoje. Procure vê-la como um indivíduo separado em vez de escrever sobre o modo como ela tratava você, coisa que irá fazer mais adiante. Como era sua personalidade? Que tipo de coisas gostava de fazer? Que talentos e habilidades tinha? Qual era sua abordagem a pessoas e situações que não os filhos? Em resumo, qual era sua filosofia de vida? Ela era feliz? Capaz de amar? Realizada ou frustrada? Quais eram seus sonhos? (Fiz diversas vezes todos os exercícios da série, e este, em particular, ajudou-me a enxergar minha mãe de maneira cada vez mais objetiva.)

Exercício Dois: Descreva sua mãe como se ela fosse uma jovem de hoje começando a vida, sem marido nem família. O que ela estaria fazendo e como reagiria às condições sociais da atualidade?

Exercício Três: O lugar de outra mulher. Mais uma vez, é melhor fazer esse exercício com outra pessoa, se você puder. Respire fundo e focalize

sua atenção na área do coração. Quando se houver acalmado, imagine que você está mergulhando e nadando debaixo d'água, só que você vai cada vez mais fundo, para níveis cada vez mais profundos de consciência. Diga a si mesma que quer vivenciar o estado mental de sua mãe em alguma época crucial da vida dela. Tais momentos podem incluir o dia em que saiu de casa, o dia em que se tornou mãe, ou o momento de alguma ocorrência importante da vida dela. Num mesmo movimento natatório, imagine-se recuando no tempo, até chegar ao momento da ocorrência. Finja que você é sua mãe, e responda às perguntas que seu parceiro fizer sobre a vida dela.

Comece pedindo informações: Quem é você? Onde você vive? Quem é sua família? Como são seus pais? Você é rica ou pobre? E assim por diante. Em breve isso se tomará mais do que um exercício intelectual, porque você pode realmente começar a vivenciar o que foi a vida para sua mãe. Tente ser ela em diferentes períodos, inclusive quando era jovem, quando era adolescente, quando saiu de casa e assim por diante. Se você for realmente corajosa, avance até o período em que ela tinha de discutir com você, e sinta o que foi aquela fase para ela!

Exercício Quatro: No mesmo teor das "Mensagens da Mamãe", elabore uma carta imaginária que sua mãe poderia ter-lhe escrito sobre o significado de ser mulher, ou em algum momento em que você viveu uma crise. Este é um exercício forte, e ao mesmo tempo divertido e doloroso.

Exercício Cinco: Volte ao Exercício Um, a descrição por escrito de sua mãe como pessoa. Ignore as diferenças superficiais — isto é, que ela vivia no campo e tinha quatro filhos, enquanto você vive na cidade e é solteira. Afora estes detalhes, a descrição se aplica a você? A maioria das participantes teve de admitir que os traços de caráter são fantasticamente semelhantes. Nós absorvemos muitos dos traços de nossas mães, principalmente os que nos desagradam.

Exercício Seis: Faça uma lista dos traços POSITIVOS que herdou de sua mãe. Nós gostamos de condená-las por nossas limitações, mas nem sempre lhes damos o crédito por nossos pontos fortes. Por exemplo, talvez sua mãe enfatizasse demais a questão de dinheiro e desperdício. No

entanto, graças a essa exposição, você adquiriu a capacidade de lidar com dinheiro de forma prática, sem a isso precisar dedicar muita atenção. De minha parte, acabei bendizendo minha mãe por minha fone constituição. Ela nos deu uma saudável vantagem inicial, graças aos legumes que plantava, punha em conserva e insistia que comêssemos. Eu não gostava do trabalho na horta, pois me reduzia o tempo para os amigos, mas hoje consigo ver como a horta contribuiu. (DICA: pense nas qualidades positivas do signo de sua mãe.)

Exercício Sete: Escreva sobre o modo como você vivenciou a conexão com sua mãe em diferentes faixas etárias — infância, adolescência e a época atual. Aqui você não precisa ser objetiva, já que o que nós queremos é sua experiência subjetiva interna dessa relação-chave.

Exercício Oito: Para completar o processo, escreva uma carta imaginária à sua mãe, dizendo todas as coisas que você teria gostado de dizer, caso pudesse se comunicar francamente com ela. Você consegue mostrar amor e apreço e também mágoa e raiva? O que você teria querido dela, ou o que ela poderia ter feito para conseguir que as coisas funcionassem bem entre vocês? O que você gostaria de ter feito de outra forma? Se puder, termine fazendo uma tentativa de perdoar e pedir perdão por quaisquer coisas erradas que vocês duas possam ter feito uma à outra, para poderem viver sem culpa.

Segunda Parte: Exercícios Astrológicos ________________________________

Os exercícios abaixo foram planejados para os que têm algum conhecimento de astrologia. Eles estão organizados por ordem de dificuldade, com técnicas avançadas no final. Se você não está familiarizada com alguns deles, consulte um profissional, seu mestre ou os livros recomendados em cada seção. Você provavelmente encontrará muito proveito em trabalhar com um colega estudante de astrologia, caso o tenha, mas também pode fazê-lo completamente por própria conta. É provável que seja menos objetiva, mas a experiência ainda será valiosa. A astrologia, regida por Urano, é um poderoso auxiliar para o desapego. (Quando trabalhar com um parceiro, pode ser útil gravar em fita as leituras, de modo que você possa continuar a trabalhar com o que aprendeu nos exercícios.)

Exercício Um: A Lua e seus aspectos, a 4ª casa e os planetas em Câncer, todos mostram a influência da mãe. Com seu parceiro, permute leituras sobre esses fatores de seus mapas, sem referência, até aí, ao mapa de sua mãe. Que tipo de mãe é mostrado em seu mapa? (As várias discussões sobre o signo lunar e os efeitos da mãe, mencionadas neste livro e em *A Influência da Lua no seu Mapa Natal*, serão úteis.) Lembre-se de que sua mãe fez contribuições positivas para sua vida, e também trouxe efeitos menos construtivos. Afinal de contas, a Lua não é maléfica.

Exercício Dois: Calcule o mapa de sua mãe — com a hora do nascimento quando possível, ou um mapa solar se você conhece apenas a data do nascimento dela. (Para traçar um mapa solar, coloque o Sol no Ascendente e use casas iguais em torno do zodíaco a partir daí; depois preencha os planetas com os dados das Efemérides.) Permute leituras com o parceiro outra vez, usando agora o mapa da mãe. Escute a descrição que seu parceiro faz de sua mãe como pessoa, sem descrevê-la você mesma em voz alta. Talvez algumas de suas frustrações possam ser explicadas pelas incompatibilidades astrológicas — ou, por falar nisso, pelas semelhanças.

Por exemplo, logo no começo de meus estudos de astrologia, parte da intensidade da raiva que eu sentia contra minha mãe diminuiu quando descobri que ela era de Leão, pois isso explicava seu mandonismo e obstinação. Tive de baixar ainda mais a crista quando descobri que eu tinha Ascendente Leão, e, por conseguinte, parecia-me mais com ela do que gostaria de admitir.

Exercício Três: Compare a leitura feita para você com a descrição por escrito que fez no exercício Um, 1ª parte (pág. 205) e com a própria experiência que tem dela. Existem diferenças entre o modo como você a vê e como ela foi descrita por seu parceiro? Será que essas diferenças são causadas pelo fato de que você a viu do ponto de vista de uma criança dependente, e não do de quem está fora e deseja ser objetivo?

Exercício Quatro: Por mais compreensão que tenha de sua mãe como pessoa, procure no mapa dela os fatores que descrevem a mãe DELA.

Isso irá incluir a Lua e seus aspectos, a 4ª casa e quaisquer planetas em Câncer. (Obviamente, a mãe dela é sua avó. Você talvez fique surpresa em descobrir a enorme diferença no modo como sua mãe a vivenciava como mãe e como você a vivenciava como avó.) Ao fazê-lo, você poderá ver que tipo de maternação recebeu, e como isso, por sua vez, influenciou o tipo de maternação que ela era capaz de dar a você. Por exemplo, uma estudante que chamarei de Margareth dispunha da hora exata do nascimento de sua mãe. O mapa resultante apresenta Plutão 10° de Câncer, no Meio-Céu. Quando essa mulher tinha 10 anos, a mãe de sua mãe (a avó de Margareth), morreu e o Plutão proeminente mostra o efeito devastador da morte da mãe. A mãe de Margareth não sabia como lidar com ela depois dos 10 anos porque lhe faltou um modelo; assim, a adolescência foi mais difícil do que costuma ser.

Se você está no clima para mais explorações, trace o trânsito dos planetas exteriores de sua mãe em idades fundamentais, ou em ocasiões de acontecimentos-chave na vida dela. Isso fornecerá pistas adicionais, quando você trabalhar com o exercício Três da parte Um (o lugar de outra mulher). O mapa natal traçado para você, naturalmente, mostra os trânsitos dela na época em que você nasceu e as circunstâncias que cercaram o acontecimento.[1]

Exercício Cinco: Novamente como parceiro, se possível, elabore a sinastria (também chamada comparação de mapas), entre seu mapa e o de sua mãe. Determine quais planetas do mapa de uma fazem aspectos com os planetas do mapa da outra.[2] Se você é menos experiente em astrologia ou só quer ter uma perspectiva diferente, encomende um mapa por computador ou consiga uma leitura.

Não se esqueça de que todas duas colaboraram para todos os problemas que surgiram no relacionamento — a energia planetária tem mão dupla. Como as energias têm mão dupla, nós talvez tenhamos influenciado nossas mães quase tanto quanto elas nos influenciaram. Essa idéia foi confirmada por um interessante artigo publicado há anos na revista

[1] Dois Ótimos livros sobre trânsitos são *Planets in Transit* (Alglen, PA. Whitford Press, 1975), de Robert Hand *e* Transits: *The Time of Your Life* (York Beach, ME. Samuel Weiser Inc., 1980), de Betty Lundsted.

[2] Um bom livro sobre o tema é *The Astrology of Human Relationships* (*Nova* York: HatperCollins, 1989). de Francis Sakoian e Lewis S. Acker.

Psychology Today, intitulado "Bringing Up Mother". Ele discutia como a personalidade da jovem mãe pode se moldar em resposta às exigências e personalidades de cada um de seus filhos.[3]

Exercício Seis: Se você sabe exatamente a hora em que você e sua mãe nasceram, trace um mapa composto ou encomende um feito por computador. O mapa composto descreve como ambas as partes vivenciam o relacionamento.' Mais uma vez, os menos experientes — ou irremediavelmente parciais — talvez prefiram encomendar um mapa de computa-dor.

Outra estudante, a quem chamarei Jane, estava trabalhando com o mapa composto referente a ela e sua mãe. Ficou atônita ao ver que a raiva — Marte— não estava fortemente realçada, embora tivesse vivenciado essa dinâmica como a principal. Em vez disso, o problema era amor não-correspondido (Vênus na 12ª casa em conjunção com Saturno era o único aspecto). Ela foi obrigada a considerar que o mapa composto descreve como a relação é sentida por ambas as partes. A mãe de Jane talvez tenha se sentido tão pouco amada e tão abandonada por Jane quanto esta se sentiu, por parte de sua mãe. Afinal de contas, foi Jane quem colocou 4.828km de distância entre elas, e raramente visitava a mãe ou lhe telefonava.

O Perdão —A Última Fronteira

Por que o perdão é a última fronteira? Se sua vida tem sido baseada em odiar e condenar sua mãe pelo que ela fez ou deixou de fazer, o ato de perdoá-la pode abrir caminho para novas aventuras e explorações. Se sua visão de mundo tem estado limitada pelas experiências da infância, você irá descobrir novas possibilidades, tanto no mundo interior quanto no exterior — novas facetas de si mesma. O ódio prende você ao passado, enquanto o perdão libera-a para progredir.

Se a relação que tinha com sua mãe era venenosa, talvez a última coisa que ocorra a você seja abrir mão de seus ressentimentos. Você se

[3] Julius Segal e Herbert Yahres, "Bringing Up Mother", *Psychology Today*, novembro 1978, p. 90.

[4] A obra clássica *é Planets in Composite* (Alglen, PA: Whitford Press, 1975), de Robert Hand.

habituou a agarrar-se a eles, e encontra prazer na justa indignação por ela ter sido malvada e injusta. A sensação pode ser a de triunfo — mas enquanto você se agarrar a ela, continuará envolvida na guerra. Há prazeres mais satisfatórios. Diz-se que a melhor vingança é viver bem, e você não conseguirá viver bem se estiver cheia de ódio. Se sua mãe ainda faz despertar a raiva em você, você está lhe dando um poder excessivo.

O perdão beneficia mais a você que a ela. Se ela merece ou não ser perdoada só você pode decidir. Mas você merece perdoar, pois só assim será verdadeiramente livre. Você não precisa, neste momento, nem mesmo querer perdoar, mas ajuda bastante se você estiver, pelo menos, desejando querer perdoar.

E, é claro, perdoar não significa permitir-lhe continuar a abusar, manipular ou controlar você — não significa transformar-se num capacho ou numa vítima. (Para deixar de ser uma vítima, o floral **Centaury**, de Bach, e os florais **Ephedra**, e **Making and Honoring Boundaries**, da Desert Alchemy, são fortes catalisadores.) Quando você tiver elaborado o intricado nó de ódio, culpa, impotência e pesar talvez descubra que é capaz de estabelecer limites mais sólidos. Você não acredita? Trata-se de um processo, e não de um ato isolado. Declarações de paz prematuras e hipócritas só fazem recalcar ainda mais a raiva. Para muitos, é um ponto de chegada próximo ao final da jornada que empreendem para se recuperarem das feridas familiares.

Mesmo assim, a jornada se tornará mais leve se você deixar um pouco da bagagem pelo caminho. Há coisas que você pode fazer para acelerar o processo. O trabalho de depuração dos chakras é muito útil, principalmente o chakra básico, o do plexo solar e coração. Existem florais destinados a essa tarefa, sendo o mais poderoso o floral **Mountain Wormwood**, preparado por Alaskan Flower Essence Project.

Minha primeira experiência com o **Mountain Wormwood** foi comovedora. Uma paciente de terapia tinha trabalhado por mais de um ano nos ressentimentos sentidos em relação à família. A irmã estava para se casar e ela era a dama de honra. Algumas semanas antes do casamento, ela me pediu: "Não quero estragar essa festa de casamento com minha atitude. Por favor, será que você pode fazer alguma coisa?"

No desespero, receitei-lhe **Mountain Wormwood**, já que **Holly** e **Willow**

não tinham funcionado. Quando voltou na semana seguinte, ela tinha uma história notável para contar. Conversara com a mãe, conseguindo reunir coragem para perguntar se tinha sido uma criança problemática. A mãe respondeu: "Meu Deus, de jeito nenhum! Você foi uma criança maravilhosa. Mas quando você era pequena, eu tinha enxaquecas terríveis, daí que eu ficava muito irritada." Vendo a situação de uma perspectiva adulta, minha paciente percebeu quanta dor física a mãe deve ter suportado e como deve ter sido difícil para ela ser paciente com os filhos. Mãe e filha choraram e se abraçaram, e um novo vínculo de amor se formou.

O problema com o **Mountain Wormwood** é a falta de especificidade. Se você tomá-lo, pode se apanhar perdoando as pessoas de forma indiscriminada — não só a pessoa de quem cogitava, mas *todo tipo* de gente. Na verdade, deveriam colocar uma advertência no rótulo — ADVERTÊNCIA: Este produto pode ser prejudicial à sua lista de ressentimentos. Outros bons remédios são **Salal**, da Pacific Essences, **Alpine Azalea**, da Alaskan Flower Essence Project e **Black Kangeroo Paw**, da Living Essences. Os florais **Holly** e **Willow** podem ser úteis para se abolir traços de caráter geradores de ressentimento e ódio no presente. Entretanto, em todos os meus anos de trabalho com sobreviventes de abuso, filhos adultos de alcoólatras e outras famílias com desajustes, jamais vi qualquer desses remédios resultarem em verdadeiro perdão. Só depois de começar a usar **Mountain Wormwood** e **Salal** foi que realmente consegui resultados.

Outra técnica proveitosa baseia-se no trabalho de Sondra Ray e outros. Consiste em escrever a mesma afirmativa 70 vezes por dia durante 7 dias — 70 x 7 é um número mágico de perfeição. Não se trata de uma afirmação melosa sobre amor e abundância, e sim de uma declaração destinada a ajudar você a remover um pouco da programação que a mantém amarrada nessa guerra com a mãe. Talvez tenha sido uma decisão que você tomou ao longo da trajetória, por exemplo, "Nunca vou perdoá-la pelo que me fez." A afirmativa que você vai escrever cria uma retomada de decisão, e será útil se contiver as palavras "eu liberto," ou "eu me autorizo a..." Aqui vão algumas afirmativas possíveis, mas talvez você prefira adequá-las à sua própria situação.

Eu abro mão de minha necessidade de odiar e condenar minha mãe.
Eu abandono toda a programação negativa recebida de minha mãe.
Eu perdôo minha mãe por qualquer coisa que me tenha feito.
Eu aceito o perdão por qualquer coisa que possa ter feito a ela.
Eu liberto minha mãe de toda obrigação kármica.

É melhor fazer só uma dessas afirmações por vez, para evitar exaustão. Você pode digitá-las no computador, se preferir assim, mas não trapaceie usando a função repetir, pois assim não vale! Você também pode pular um dia ou outro, desde que no final o total seja de 7 dias. Outra afirmativa poderosa, que engloba não só a mãe, mas todo e qualquer vínculo kármico, é a seguinte: "Nego todos os votos de pobreza, castidade e obediência."

Você está na dúvida sobre a melhor época astrológica para começar essa tarefa? As boas ocasiões são infinitas. A melhor de todas é um trígono ou sextil do trânsito de Netuno pela Lua natal. Netuno dissolve as defesas endurecidas e traz compaixão. Tive ocasião de observar instâncias de perdão ocorrendo espontaneamente com pacientes que estavam tendo esse trânsito, portanto comecei a recomendá-lo para outros e constatei que funcionava muito bem. As conjunções, quadraturas, oposições e mesmo semi-sextis da Lua também funcionam, embora mais discretamente. Aspectos do trânsito de Plutão pela Lua ou o FC (Fundo do Céu) seriam a segunda melhor opção, mas freqüentemente Plutão e Netuno podem trazer uma série de aspectos a esses pontos. Você também pode tentar a Lua nova em Câncer ou Escorpião ou na 4ª casa, a conjunção da Lua em trânsito pela Lua natal ou com Netuno em trânsito, a hora lunar do dia lunar, ou qualquer combinação dos elementos mencionados — mas não a Lua Fora de Curso.

24 de dezembro de 1995

Véspera de Natal

Oi!

Sou a mãe de Donna, e se eu fosse meter o bedelho, escolheria essa altura aqui para fazê-lo. Não sei quando foi que a coisa parou de dar certo, mas Donna e eu simplesmente não conseguíamos nos aproximar uma da outra. Ela sempre estava irritadíssima comigo. É realmente difícil ser mãe — você nem imagina o quanto. É muito trabalho e se recebe pouco apoio. Eu cometi muitos erros, mas você sabe que os leoninos não conseguem jamais pedir desculpas.

Eu já estudava astrologia muito antes que ela começasse, embora isso ela raramente reconheça. No começo ela achou que eu era maluca, depois, quase a contragosto, acabou se interessando. Quando ela estava se saindo bem no assunto, jamais consegui lhe dizer, enquanto eu estava viva, do orgulho que sentia por ela; e agora que fiz a travessia, fica difícil ela ouvir meu recado. Mas minha revista favorita era a *Dell Horoscope*, e pelo fato de Donna assinar agora a coluna do Correio Sentimental eu estufo o peito de orgulho com seu sucesso.

Estou tentando consertar alguns de meus erros, ajudando-a tanto quanto possível do lado de cá. Acho que ela jamais me perdoou de todo. Quanto a mim, realmente nunca lhe tive rancor por ter criado uma distância tão grande entre nós, no esforço de fazer algo de sua vida. Se você tem rancor de sua mãe e ela ainda está viva, por favor trabalhe no sentido de perdoá-la. Mãe é uma só, e a vida é curta demais para se desperdiçar a oportunidade de estar junto a ela.

Zelma Hedges Cunningham Baker

P S. Veja você! No final, a última palavra acabou sendo minha!

CAPÍTULO 9

A PASSAGEM À CONDIÇÃO PARENTAL

Ser mãe, ou pai, pela primeira vez é uma intensa experiência emocional — um profundo limiar lunar com decorrências transformadoras de vida. Para as mulheres, todos os significados da Lua estão envolvidos, e todos trazem conflito. A mãe novata precisa tornar-se protetora e dar ao bebê uma sensação de segurança, numa época em que ela própria talvez se sinta insegura e vulnerável. Precisa renunciar a grande parte de sua independência, pois agora tem por dependente uma criatura indefesa. Ela atravessa uma crise na relação com sua própria mãe e adquire uma nova identidade como tipo lunar. Até chegar à condição de mãe, não será considerada uma "mulher de verdade", e no entanto a maternidade é extremamente estressante na vida moderna, de onde desapareceram tantas das sustentações lunares. Os homens também encaram ajustes e dilemas ao se tornarem pais. Vamos examinar os signos lunares novamente, em busca de pistas referentes ao tipo de pai ou mãe que você pode ser. O círculo do Ascendente Câncer irá sugerir maneiras de aliviar o estresse da condição de pai ou mãe.

A Lua Aquariana e as Opções de Paternidade

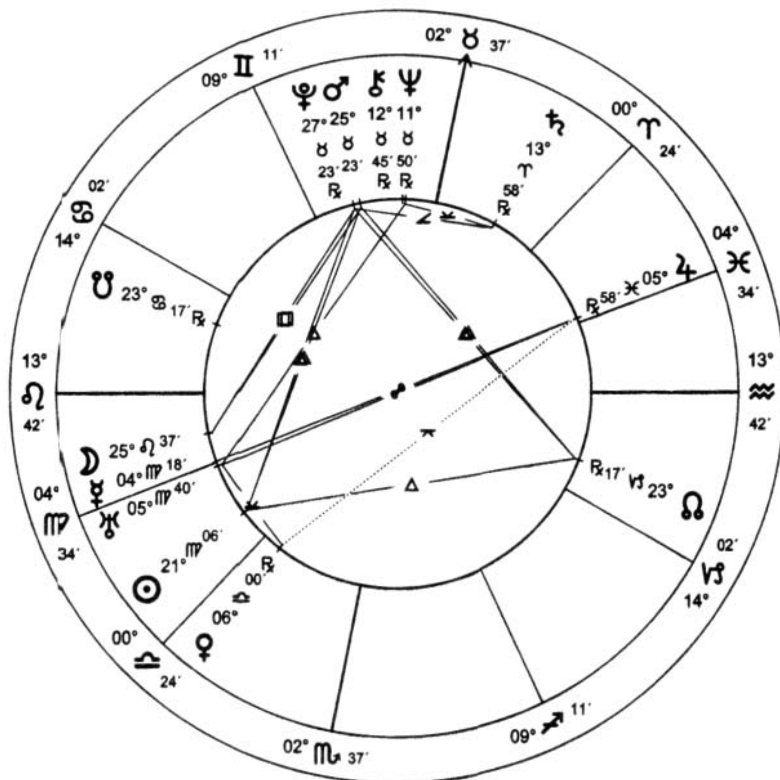
Aquário simboliza liberdade e opção consciente. Uma estimulante conseqüência da transição para a Era de Aquário é a liberdade cada vez maior de escolher a ocasião em que seremos pais. Há uns 25 anos, a opção por não ter filhos era impensável. Uma mulher sem filhos era alvo de comiseração como "infrutífera", e alguma que declarasse abertamente não querê-los era considerada desnaturada. Algumas dessas atitudes persistem, principalmente em regiões rurais, mas existe bastante amplitude para fazermos uma opção.

Em conseqüência disso, homens e mulheres estão tomando a decisão consciente de ter filhos ou não, de quantas filhos ter, e de quando tê-los. Muitas mulheres estão preferindo adiar a chegada dos filhos para depois de terem conseguido alcançar seus objetivos profissionais. Alguns homens e mulheres conscientemente optam por uma profissão de educadores, como o magistério, em lugar de terem filhos. Existem arranjos familiares não tradicionais, e, em algumas famílias, o pai assume um papel mais ligado à criação dos filhos. Muitos casais divorciados estão desafiando o pressuposto de que a mãe deve ter a custódia, compartilhando responsabilidade idêntica pelo cuidado dos filhos, ou entregando os filhos ao pai. Algumas mulheres solteiras conscientemente decidiram ter filhos, e homens e mulheres solteiros estão adotando crianças. Para esses casos, nos Estados Unidos, é provável encontrar na Biblioteca Pública informação sobre grupos de apoio e organizações das quais participar.

Para tanta liberdade contribuíram os progressos realizados nas áreas de controle de natalidade e obstetrícia. Embora algumas formas de controle de natalidade tenham efeitos colaterais nocivos, e não se verificando progressos notáveis desde a primeira edição deste livro, é de se esperar que sejam aperfeiçoados métodos que não nos prejudiquem. Os métodos atuais nos deram pelo menos a consciência de que Biologia não é fatalidade. Também quem era infértil anteriormente tem agora mais opções, à medida que novos métodos viabilizam a concepção.

Quando alguém se confronta com uma gravidez não desejada, a questão se torna profundamente emocional. Ajustar-se à condição de mãe ou pai é complicado, mesmo quando entramos nisso voluntariamente. Ser aprisionado num papel lunar contra a vontade pode gerar profundo ressentimento, capaz de prejudicar tanto a mãe/o pai quanto a criança. Por outro lado, o aborto também pode ser uma triste experiência para aqueles que estão em contato com sua natureza lunar, suscitando conflito e culpa.

Os 27° e 28° de Câncer parecem relacionados ao controle de natalidade e à liberdade reprodutiva. Plutão estava naquele grau em 1937-1938, quando a Associação Médica Americana se manifestou pela primeira vez em favor do controle da natalidade e quando o estrogênio foi sintetizado. Quando Urano formou um angulo de 90°, a 28° de Libra, a suprema corte dos Estados Unidos tomou a decisão em favor do aborto, em 22 de janeiro de 1973. Em meados da década de 90, quando Urano



Mapa 6. O mapa de Margaret Sanger, nascida a 14 de setembro de 1879, às 2:30 horas LMT em Corning, NY. (*Dados da Igreja da Luz, publicados em* Profiles of Women, *de Lois Rodden, Tempe, AZ: American Federation of Astrologers, 1979*). *Sanger geralmente escondia a idade verdadeira, dando o ano de 1883, mas se ela fosse de todo politicamente correta, você não a odiaria? Supomos que esses dados sejam especulação.*

e Netuno se aproximavam da oposição, grupos do movimento Right-to-Life (Direito-à-Vida), tornaram-se extremamente atuantes do ponto de vista político, chegando mesmo à violência. Entretanto, com a Lua dos Estados Unidos em Aquário, as mulheres americanas não irão facilmente renunciar à sua liberdade de escolha reprodutiva, depois de havê-la conquistado. Para elas, organizar-se em torno dessa questão pode ser ainda mais irresistível do que foi lutar pelo voto feminino.

Minha escolhida para o posto de heroína lunar, neste capítulo, é a paladina do controle de natalidade, Margaret Sanger, cujo gráfico é mostrado

no Mapa 6. Enfermeira que atuou no Lower East Side de Nova York no começo deste século, ela ficou mobilizada pela difícil situação das pobres mulheres imigrantes, que tinham a vida e a saúde colocadas em risco pela gravidez anual que condenava suas famílias à pobreza. Embora distribuir informações ou dispositivos de controle de natalidade fosse um atentado à lei e considerado um escândalo, ela instalou uma clínica e escrevia uma coluna de educação sexual para um jornal socialista. Condenada à prisão em 1917 por suas atividades, retornou a elas imediatamente após ser libertada e terminou por vencer a questão. Ela tem tanto do tipo plutoniano quanto do lunar, já que sua Lua na P casa em Leão forma uma quadratura com uma conjunção fechada de Marte-Plutão na 10. casa. Sua coragem, ardente temperamento e obstinada defesa das mulheres resultaram dessa ênfase em fogo e em Marte. Se você já reencarnou, Margaret, por favor, lembre-se de quem é. Nós vamos precisar de você.

Dando à Luz sob a Lua de Aquário

A Lua rege o estômago e a maternação, e os sinais mais óbvios de gravidez são a náusea ou enjôo matinal e a barriga protuberante. Você sabia que o verdadeiro propósito da dança do ventre era fortalecer os músculos pélvicos e abdominais para o parto? As mulheres dançavam juntas, em caráter privado, e só mais adiante na História a dança do ventre foi realizada para os homens.

A gravidez pode ser uma crise, principalmente para a mãe de primeira viagem. É um momento de se ajustar a uma nova identidade, de encarar papéis lunares. Os futuros pais antecipam a perda da liberdade e da independência para este filho que será totalmente dependente durante vários anos. São despertados qualquer dependência residual, qualquer conflito ligado ao ato de cuidar de outros. Para as mulheres, as alterações hormonais contribuem para aumentar os distúrbios emocionais, como também contribuem os sentimentos causados pela perda de controle sobre o corpo, à medida que a barriga cresce e outras mudanças ocorrem.

A gestante está física e emocionalmente vulnerável. Em fases anteriores de nossa história, protegia-se a mulher grávida, que fazia

poucas aparições em público *e era* considerada delicada porque estava "em vias de ganhar família." Após o parto havia um período de confinamento de 40 dias, ou "resguardo". A nova mãe era reconhecida como carente de maior cuidado e assistência da parte do parceiro e da parentela de sexo feminino. Dava-se tempo para ela se recuperar do choque físico do parto, ajustar-se à condição materna e aprender a cuidar do bebê. Muitas vezes sua própria mãe estava presente para ajudá-la. Aquela presença deve ter tido um efeito diferente nas relações entre mãe e filha daí por diante. Deve ter produzido mais proximidade do que quando o único contato talvez seja o telefonema interurbano. Como as necessidades lunares da jovem mãe estavam satisfeitas, seu ajuste não era tão difícil.

Hoje, espera-se que a gestante funcione de forma altamente independente e receba muito pouco tratamento especial. Talvez nem mesmo façam a cortesia de ceder-lhe o lugar no ônibus. Em razão da necessidade econômica, ela talvez trabalhe até um mês antes do parto, e volte a trabalhar um ou dois meses depois deste. Devido à nossa grande mobilidade geográfica, ela pode atravessar o processo de gravidez, parto e recuperação sem contar com a ajuda de parentes ou amigos. Do ponto de vista !laico e emocional, espera-se que ela retorne imediatamente ao ponto de partida. A orgulhosa auto-suficiência da mulher moderna faz com que ignore suas necessidades especiais nesses momentos. Mesmo a mulher que quer ficar em casa com o bebê talvez pense duas vezes, caso tenha também uma vida profissional a considerar. Um estudo recente mostrou que as mulheres que voltaram ao trabalho seis meses após o nascimento do primeiro filho tiveram, em suas carreiras, para o resto da vida, uma margem de vantagem sobre aquelas que ficaram em casa por mais tempo — inclusive salários mais elevados.[1]

Os trânsitos de Câncer afetaram o perfil do parto. A mulher comum já não dá à luz em casa, no seio da família. Ao contrário, ela dá à luz entre estranhos, num ambiente estéril e científico, tão diferente do lar quanto possível. Nem toda mudança é negativa, naturalmente, pois a mortalidade materna e a mortalidade infantil despencaram durante este

[1] David Shapiro e Frank L. Mott. "Long-term Employment and Earnings of Women in Relation to Employment Behavior Surrounding the First Birth." *Journal of Human Resources*, primavera de 1994 (v.29:2), pp. 248-276.

século. Mesmo assim, as estatísticas dos Estados Unidos não são tão favoráveis quanto a de outras nações ocidentais que praticam menos intrusões nos corpos das mulheres durante a gravidez e o parto. [2]

O momento do parto é profundamente espiritual e emocional, e pode ter muito peso na criação de vínculo entre a mãe e a criança. Muitas parteiras descreveram de forma comovente o processo de nascimento e o fluxo de energias espirituais que acompanha esse momento. Com freqüência, o pai do bebê está presente e com suas amorosas carícias ajuda a parturiente a relaxar e participa mais plenamente do parto. O clímax é um frêmito de energia espiritual perceptível a todos os presentes, no momento em que o bebê nasce e, num êxtase, desperta para a consciência.

Infelizmente, as propaladas reformas do atendimento médico da década de 90 estão exercendo um impacto negativo sobre a atividade das parteiras leigas, que não é reconhecida pelas novas leis, e, portanto, não tem cobertura dos planos de saúde. Os clínicos também estão menos inclinados a confiar nelas, face às novas medidas securitárias referentes a erro médico, apesar de os partos realizados a domicílio por parteiras apresentarem índices de complicação muito mais baixos que os partos hospitalares.

As mulheres que usam anestesia durante o parto perdem talvez a beleza e a satisfação desse momento intenso que as inicia em seu papel lunar. Quando o ato de dar à luz se torna esterilizado, é fácil perder a consciência de suas dimensões espirituais. Os métodos usuais do parto hospitalar são um choque para o sistema nervoso do bebê. Arrancada subitamente para dentro de uma sala barulhenta de crua iluminação intensa, a criança é espancada e tratada com rudeza.

Em até 90% das vezes que o praticam, o parto induzido é desnecessário, e serve principalmente à conveniência da equipe hospitalar, Ele pode ter sérias conseqüências tanto sobre a mãe quanto sobre a criança. As contrações são mais demoradas e intensas do que o necessário. Isso pode resultar na chamada "síndrome mínima de lesão cerebral", como distúrbios da capacidade de leitura ou hiperatividade.' As cifras relativas

[2] Gina Corea, *The Hidden Malpractice* (Nova York. Jove, 1978), pp. 209-248. O capítulo inteiro de sua autoria é um alerta.

3 *The Hidden Malpractice*, pp 224-228.

a cesarianas também estão em alta. Que isso possa estar ligado a razões econômicas, mais do que a razões clínicas, está substanciado num estudo publicado no *New England Journal of Medicine.* Embora as mulheres de baixa renda, em função da nutrição e de outros fatores, possam apresentar risco mais alto no parto, foram as mulheres de renda mais alta as submetidas a um número 75% maior de cesarianas.[4]

Os primeiros dias depois do parto são decisivos para o estabelecimento de um vínculo, e durante a maior parte desse período o bebê fica numa enfermaria predominantemente metálica e cruamente iluminada, separado da mãe. Entre os animais, os recém-nascidos criam apego às suas mães durante as primeiras horas pós-parto, num processo denominado impressão. Embora os cientistas menosprezem o papel desempenhado pelo instinto na vida humana, a separação intermitente de mãe e bebê nestes primeiros dias pode nos levar a perder um vínculo crucial. Essa perda pode afetar a confiança da criança na mãe, e o ajustamento desta ã condição materna. Assim, essa prática pode contribuir para versões brandas da doença da ausência de apego discutida no capítulo 3.

Maternação — O Processo de se Tomar uma Mãe

> O mito do instinto materno estabelece que todas nós nascemos para ser mãe, que ao nos tornarmos mães automaticamente amaremos nossos filhos e sempre faremos o máximo por eles. Se você acredita no instinto maternal e fracassa no amor materno, você fracassa como mulher.
>
> Nancy Friday[5]

Quando falamos de Netuno em Câncer, vimos que o mito da Mãe Perfeita se converteu num ideal impossível, esmagando a auto-estima das mulheres que tentam atingi-lo. Parte do mito é a crença de que ter filhos conduz automaticamente ao amor incondicional ao bebê, e ã proficiência na arte de ser mãe. Nada pode estar mais distante da verdade. O primeiro

[4] Jeffrey B. Gould, Becky Davey e S. Staffotd-Randall. "*Socioeconomic Differences in the Rates of Cesarean Section*," *New England Journal of Medicine*, 27 de julho de 1993, v.321:4, pp. 233-240.

[5] Nancy Friday, *My Mother/My* Self: *The Daughter's* Search *for Identity* (Nova York: Dell, 1978), B. 33.

ano de vida da criança é uma crise de maturação para a mãe, quando ela aprende as habilidades da maternação e peleja com os sentimentos ligados ao desempenho do papel lunar. Também para o pai é uma crise, que discutiremos a seguir.

Em seu livro, *The Tender Gift: Breastfeeding*, Dana Raphael cunhou para esse processo o termo *matrescência* (literalmente, *tornar-se mãe*). É um período de transição, de ajustamento a novas exigências. Em tempos passados, as mulheres recebiam bastante apoio umas das outras durante o processo e podiam formar uma identificação positiva entre elas. No mundo de hoje, em razão da mobilidade geográfica, muitas mulheres se vêem reduzidas a seus próprios recursos, e talvez passem o dia sozinhas com o bebê. Isso aumenta o estresse, deixando-as carentes, esgotadas e freqüentemente ressentidas por não estarem sendo satisfeitas suas próprias necessidades lunares. Com a queda de prestígio sofrida pela condição materna, as mães novatas sentem-se ainda menos orgulhosas e importantes justamente na ocasião em que mais necessitam receber reconhecimento por seu árduo trabalho. É normal para a mãe novata sentir-se emocionalmente conturbada, insegura e ansiosa. A relação com o bebê leva tanto tempo para se desenvolver quanto qualquer outra relação importante — talvez até mais, já que a criancinha não é capaz de dar muito em retribuição. Dificilmente é amor à primeira vista; o convívio do dia-a-dia é que vai construindo o vínculo.[6]

A depressão pós-parto, voluvelmente rotulada de "nostalgia do bebê", faz parte do processo, para mais da metade das mães novatas. Freqüentemente, a depressão é ressentimento introjetado, e constitui uma resposta comum das mulheres ao estresse de se conformarem às expectativas lunares. As alterações hormonais e a fadiga também contribuem para o turbilhão emocional do período pós-pano, mas o mito determina que a mãe tem de estar radiantemente feliz com o bebê.

O resultado do mito pode ser outra dualidade emocional. Conforme descrito por Nancy Friday, a mãe sente uma mistura de ressentimento, afeição e raiva em relação à criança, porém não pode se dar ao luxo de admiti-lo. A cisão entre o que a mãe diz e aquilo que ela sente, deixa-a

[6] Dana Raphael, doutora em Medicina, *The Tender Gift: Breastfeeding*, (Nova York: Schocken Books, 1976.) Fora do prelo.

insegura de si mesma. Friday afirma que a glorificação da maternidade exige que termine a autonomia da mulher sobre suas próprias emoções no momento em que seu filho nasce.[7]

O ajuste à condição de mãe ou pai, mais que algo inato, é um processo. Leva-se no mínimo um ano, e talvez até 20, já que cada estágio de desenvolvimento significa ajustar-se a novas exigências. Há um tremendo esforço físico e emocional, anos com dias de dezoito horas úteis. Como se consegue investir tanta energia lunar e não ir parar no manicômio? O fato de as mulheres se ajustarem e investirem consistentemente tanta energia, ano após ano, é um tributo à nossa força. Entretanto, isso custa esforço, e o Círculo do Ascendente Câncer, que veremos depois, traz algumas idéias que ajudam a aliviar o estresse. Os florais **Birthing Harmony** e **New Mother's Formula**, da Desert Alchemy, podem ser maravilhosos colaboradores.

E a Condição Paterna?

Estamos dedicando a maior parte deste capítulo à matrescência, mas que dizer da *patrescência?* O que vivenciam os homens, ao se tornarem pais, e o que pode ajudá-los a criar vínculos mais fortes com seus filhos? Será que eles são capazes de cuidado infantil tão amoroso e protetor quanto aquele supostamente fornecido pelas mulheres? Certamente, no período de uma a duas décadas para cá, progrediu-se em termos de permitir aos homens o desempenho em alguns papéis de cuidador. Agora, um número maior de pais tem a guarda dos filhos e alguns homens solteiros adotam crianças. Ambas as categorias são mais a exceção do que a regra — suficientemente incomuns para ainda serem notados como especiais e vistos com ambivalência. Entretanto, em 1991, parte em função da conjuntura econômica, 1/5 das crianças pré-escolares era cuidado pelo pai, enquanto a mãe trabalhava fora. [8]

Foram realizados alguns estudos que elucidam a questão dos homens e a função paterna. Eles verificaram que os pais que participavam

[7] Nancy Friday, *My Mather/Myself The Daughter's Search for Identity*, p.35.
[8] *Information Please Almanac, Atlas, and Yearbook 1995* (Boston & Nova York: Houghton e Mifflin, 1995), p.436

de cursos preparatórios de parto e assistiam o nascimento dos filhos posteriormente se envolviam mais com a educação da criança. A experiência fortalecia os laços do pai com o bebê, da mesma forma como estar desperta e consciente durante o parto fortalecia os laços da mãe com a criança. Com um mês de idade esses bebês respondiam aos pais de modo diferente da reação que apresentavam a outras pessoas no mesmo ambiente. Pode-se argumentar que os homens propensos a participarem dessas experiências são inerentemente mais lunares, mas talvez não seja permitido à maioria dos homens o desenvolvimento daquele lado de si mesmos. Nos Estados Unidos foi necessário um decreto do congresso, durante os anos 70, para forçar os hospitais a autorizarem a entrada do pai na sala de parto — até então, isso era ilegal.

Um outro estudo envolveu macacos rhesus, que têm uma cultura inflexível, de fortes estereótipos para os papéis sexuais, em que os machos são distantes e indiferentes aos filhos. Psicólogos retiraram das mães os macaquinhos, com um mês de idade, colocando-os em jaulas com machos adultos. Os machos rapidamente se tornaram pais devotados e passavam tanto tempo penteando carinhosamente os bebês e brincando com eles quanto o fazia sua contrapartida feminina.[9] Se você alguma vez assistiu a documentários sobre os primatas e seus filhotes, pode bem imaginar o desespero das devotadas mães-macacas, cujos bebes tinham sido retirados. Pelo menos, aprendemos com esse estudo que os machos não estão biologicamente impossibilitados de prestarem cuidado.

Ser pai pela primeira vez pode evocar muitos sentimentos de ambivalência. Homens que gostam de crianças podem recebê-las bem e no entanto estarem assoberbados pela responsabilidade de educar e sustentar esse novo ser durante os próximos 20 anos ou mais. Para muitos, a paternidade significa abandonar sonhos de se dedicar ao talento criativo ou impulso aventureiro, por uma carreira segura que acaso venham a detestar. Significa um grau muito maior de compromisso com sua parceira, freqüentemente numa altura em que ainda não estiveram juntos por muito tempo. Exatamente como as mães, os pais perdem muito de sua

[9] Mark Gerzon, *A Choice of Heroes* (Nova York: Houghton e Mifflin, 1982), pp. 205-208.

liberdade ao assumirem o papel parental. Muitos homens, hoje em dia, estão optando por não assumirem esse compromisso de jeito nenhum. Em termos coletivos, essa tendência deixa de saldo um número imenso de mulheres ansiosas por filhos, e que todavia não estão autorizadas a terem simultaneamente um filho e um relacionamento.

Quando a paternidade não é uma opção, mas sim uma imposição, defrontar-se com a gravidez da parceira pode evocar raiva e frustração impotentes em homens que não queriam a criança. De cada três mulheres vítimas de espancamento, uma está grávida na ocasião da agressão).[10] Acrescente-se a quantidade de homens que abandonam as mulheres quando essas engravidam, os que dão início a romances com outras mulheres enquanto as suas estão grávidas, e aqueles que abusam fisicamente dos filhos, e fica evidente que esse limiar é uma crise lunar também para os homens. A maioria dos homens cruza com êxito esse limiar, no entanto, há um número significativo de catástrofes. E, é claro, as mulheres também abusam fisicamente de seus filhos. É miraculoso que um número ainda maior não o faça, considerando quão desajustadas, despreparadas e desamparadas muitas de nós estão ante as exaustivas exigências diárias de sermos as protetoras primárias.

Os pais de primeira viagem cruzam um limiar lunar particularmente difícil quando o bebê nasce. Eles podem se sentir espoliados e enganados, principalmente se dependiam prioritariamente das mulheres para suprirem suas necessidades lunares, em vez de explorarem por si mesmos essas dimensões. Se até esse momento desfrutava da atenção incondicional de sua parceira, o homem pode vivenciar uma sensação de perda, quando o foco da atenção de sua mulher se transfere dele para o bebê. já não há mais momentos de intimidade, pois a mulher está com freqüência preocupada e exausta. Os padrões lunares mais fundamentais estão temporariamente em revolução. O sono fica perturbado, as refeições podem ser escassas ou intermitentes e até o espaço vital, em si mesmo, fica alterado. Pode também ocorrer uma alteração no relacionamento que ele tem com a mãe. Ela agora desvia para o netinho parte de seu amor e atenção, e pode se ligar mais intimamente com a nova mãe.

[10] *Information Please Almanac*, 1994, p 436.

Sim, a maior parte dessa revolução é temporária, e os homens podem se ajustar e, até mesmo, virem a gostar de seu novo papel. Entretanto, esse primeiro ano é uma crise, tanto para homens quanto para mulheres. Os homens, como as mulheres, precisam de apoio para se prepararem e se ajustarem a seu novo papel, e no entanto os estereótipos machistas conspiram contra o pedido de socorro ou a conversa sobre o assunto. O floral Red Helmet Orchid é um excelente agente de cura para quem teve um vínculo insuficiente com o pai e é também de grande ajuda para os pais novatos, na vinculação com seus próprios filhos.

Seios, Amamentação e Amor Materno

> Considere que, durante milhões de anos, os mamíferos foram amamentados ao seio. Então, num dado momento no tempo, o animal humano alterou isso. Nós simplesmente alijamos o seio! Nunca, na evolução da espécie humana, uma função corporal tinha sido pressionada a fazer uma mudança tão súbita e tão drástica.
>
> Dana Raphael[11]

Amamentação e Amor Materno: A Lua rege os seios, o alimento e a maternação. Até o início do século, o bebê tinha uma direta conexão física com o seio que simultaneamente acalmava e alimentava. Por diversas maneiras, a amamentação ao seio promove os ritmos naturais da mãe e também do filho. Ela dá ao bebê, mediante solicitação, a nutrição ideal. Ela estimula a produção de hormônios que se acredita estarem relacionados a sentimentos maternos (prolactina e ocitocina). Esses hormônios também suprimem a ovulação, portanto a amamentação ao seio age como uma forma natural de planejamento familiar, que é eficaz, desde que a dieta do bebê não seja suplementada por outros alimentos, e até o retorno da menstruação. [12]

O fim da amamentação ao seio como regra geral pode perfeitamente ter contribuído para as tensões da maternidade. Amamentar ajuda a aliviar a transição da gravidez à maternidade, já que mantém a mãe e

[11] Dana Raphael, *The Tender Gift: Breastfeeding*, p 47.

[12] Kathy I. Kennedy e Cynthia M. Visness. "Contraceptive Efficacy of Lactational Ammenorrhoea." *Lancet*, 25 de janeiro de 1992 (v.339 8787), pp-227-231.

o bebê fortemente conectados. Parte da satisfação direta em cuidai de um bebê é o orgulho de saber que a comida produzida por seu corpo contribui para o crescimento da criança. Foi realizada uma experiência em que se prenderam microfones a bebês que mamavam ao seio e a bebês alimentados por mamadeira, enquanto ambos os tipos eram igualmente seguros no colo por suas mães. Os bebês da mamadeira simplesmente mamavam calados, enquanto os bebês que mamavam ao seio gargarejavam e faziam outros ruídos de satisfação. A diferença registrada nas gravações foi surpreendente. Os pesquisadores concluíram que o efeito da amamentação ao seio sobre a criança era muito positivo e que sentimentos agradáveis partidos do bebê também aumentavam a satisfação da mãe.[13]

Leite Materno Sintético: O trânsito de Plutão por Câncer está em correlação com a introdução de produtos lácteos sintéticos durante a década de 20, e ascensão destes a um uso quase universal. Isso se deveu em parte, a uma campanha conjunta feita pela indústria e pelo governo, proclamando que o leite materno estava contaminado. (De modo semelhante, um fabricante de leite em pó, a indústria Nestlé, recentemente deu ampla divulgação a anúncios com a advertência de que você pode transmitir o vírus do HIV através da amamentação ao seio.) A popularidade do uso de chupetas — mamilos artificiais de plástico — e o número astronômico de fumantes podem expressar tentativas de suprir as necessidades orais que o seio costumava satisfazer. Muitas fórmulas de leite em pó contêm altas dosagens de açúcar, e a exposição precoce a este pode estabelecer dependência química de açúcar. Existem diferenças entre o leite humano e o leite de vaca, com implicações para a formação óssea. O leite materno também contém anticorpos que ajudam a proteger o bebê de doenças.

A entrada massiva de mulheres na força de trabalho tornou extremamente difícil a amamentação ao seio; no entanto, espantosas quantidades de mães, mesmo não trabalhando fora, rejeitaram esse tipo de amamentação. Nem todas as mulheres necessitam ser mães, mas as que optarem por ter filhos talvez queiram cogitar novamente da amamentação ao seio. A mãe

[13] Ingrid Mitchell, *Breastfeeding Together*. (Nova York. Seabring Press, 1978), p. 34.

na lactação necessita de apoio, ou talvez não consiga produzir o leite necessário, o que a deixará com uma sensação de fracasso como mulher. Um estudo mostrou que as mulheres que recebiam visitas domiciliares e instrução após o parto ficavam muito mais propensas a continuar amamentando ao seio do que aquelas que não eram visitadas. 14

O Fetiche do Seio na América: Os seios são um dos melhores elementos publicitários, capazes de vender qualquer coisa, desde carros até goma de mascar. Os meios de comunicação de massa também modelam a auto-imagem das mulheres, pois nós nos medimos com os seios jovens, firmes e voluptuosos exibidos na mídia e nos consideramos deficientes. Nosso fetiche nacional em relação aos seios tornou as mulheres dolorosamente autoconscientes. Dificilmente ficamos satisfeitas com nossos seios, acreditando que são grandes demais, pequenos demais, que não têm a forma certa, ou a firmeza necessária. A mulher bem dotada, porém, é tratada mais como um objeto sexual do que como uma pessoa. Nós nos sentimos inadequadas, quando nossos seios não são perfeitos, e por eles julgamos nosso poder de atração e feminilidade.

Em algum nível inconsciente, creio que essa insegurança se deve à cessação da função natural de nossos seios. A amamentação nos punha em contato com nossa feminilidade de um jeito profundamente satisfatório do ponto de vista emocional e instintivo. À medida que os planetas exteriores transitaram por Câncer, e que a amamentação ao seio foi desaparecendo, não só recebemos o mito da Mãe Perfeita como também o mito dos Seios Perfeitos.

Uma triste demonstração da disposição das mulheres a suportarem praticamente qualquer coisa para se sentirem mais atraentes a história dos implantes de silicone nos seios. Entre um e dois milhões de mulheres americanas (eu disse MILHÕES!) colocaram esses implantes, antes que a FDA restringisse seu uso em 1992. Agora os médicos estão descobrindo que o silicone pode vazar e migrar para outras partes do corpo, contrair e desfigurar o seio, e criar sérios problemas ao sistema

[14] Paula Serafino-Cross e Patricia R. Donovan, "Effectiveness of Professional Breast Feeding Home-Support." *Journal of Nutrition Education*, maio-junho, 1992, v24:3, pp. 117-122.

imunológico, dor crônica e fadiga. Eles também obscurecem as mamografias, tornando difícil detectar o câncer de seio.[15] Além disso, há numerosos casos de crianças que, amamentadas ao seio depois que as mães receberam implantes, desenvolveram um espessamento do esôfago, o que torna difícil a deglutição, e também sentiram recorrentes dores abdominais. [16]

Os homens são intensamente mobilizados pelos seios, e não é somente por razões sexuais. Os seios inconscientemente representam a satisfação da necessidade de dependência. Na falta da ligação profunda com a mãe, proporcionada pela amamentação ao seio, os homens talvez sintam uma falta semelhante de ligação com as posteriores mulheres de suas vidas. O fetiche dos seios significa um retomo, no plano da fantasia, ao conforto de ser abraçado junto ao seio da mamãe. À medida que a vida moderna e as alterações nos papéis femininos vão corroendo a sustentação lunar em que os homens outrora se apoiavam, as revistas masculinas mostram seios cada vez maiores em suas capas.

A Prevenção do Câncer de Seio: Embora os homens possam amar nossos seios, não são muito cuidadosos com eles — pelo menos, não o são os membros da classe médica predominantemente masculina. Leslie Laurence e Beth Weinhouse, em *Outrageous Practices* (Nova York: Fawcett, 1994), documentaram isso e muitas outras maneiras perturbadoras pelas quais a medicina negligencia ou trata mal as mulheres. Por exemplo, um projeto piloto sobre câncer de seio e de útero, realizado pela Universidade Rockfeller *utilizou somente pessoas do sexo masculino como sujeitos da pesquisa!* Embora as mulheres componham 51% da população, apenas 13% do orçamento de 1987 do Instituto Nacional de Saúde foi despendido com doenças que afetam predominantemente as mulheres, inclusive o câncer de seio e de colo uterino, gravidez, controle de natalidade, fibroses, endometriose e TPM. O INS contava então com apenas 3 ginecologistas na equipe, orçando porém em 39 o número de veterinários.

Laurence e Weinhouse notaram que os índices de câncer de seio

[15] Leslie Laurence e Beth Weinhouse. Outrageous Practices, *The Alarming Trusth about How Medicine Mistreats Women* (Nova York. Fawcett Columbine, 1994), pp.186-191.

16 "When Breast Feeding May Be Bad." *Women*'s *Health Letter*, 11/94, p.7 Assinaturas desse boletim informativo podem ser feitas pelo telefone (714)693-1866.

aumentaram em cerca de 1% ao ano entre 1940 e 1986, porém, a partir daí, aumentaram 4% ao ano. Em 1960, uma em cada 14 mulheres corria o risco de sofrer de câncer de seio durante a existência, taxa que agora corresponde a 1 em cada 8. Em tratamento, pelo menos 90% das mulheres com câncer de seio são elegíveis para lumpectomias, porém mais da metade sofrerão mastectomias.

Além disso, as mulheres nem sempre cuidam bem de seus seios. Os conflitos e constrangimentos que temos em relação a essa pane emocionalmente carregada do corpo persistem, independente do grau de instrução que tenhamos. Numa conferência sobre câncer de seio a que compareci, um palestrante perguntou quantas mulheres examinavam regularmente os próprios seios, para localizar nódulos e alterações. Várias centenas de agentes de educação sanitária, enfermeiras e outras profissionais de saúde estavam presentes. Só algumas levantaram a mão, apesar do conhecimento que têm do auto-exame dos seios e seu potencial de salvar vidas. A simples idéia de alguma ameaça a esse símbolo de nossa feminilidade é suficiente para dar um branco na maioria de nós. Outro fator é que nos ensinaram a não tocar exatamente as partes de nosso corpo que nos fazem mulheres!

Muitas questões relacionadas à Lua e contempladas neste livro, desempenham um papel no câncer de seio, inclusive o estrogênio, o excesso de peso, a dieta e o histórico de família. Um terço de todos os cânceres de seio são dependentes de estrogênio. Qualquer coisa que prolongue nossa exposição ao estrogênio — menstruação precoce, gravidez múltipla, pílulas anticoncepcionais, medicações para fertilidade, gravidez tardia, menopausa tardia e a terapia de reposição de estrogênio após a menopausa — torna maior o risco.[17] Aliás, mulheres que sofrem de excesso de peso têm mais estrogênio em seus corpos, e a gordura funciona como local de estocagem para o estrogênio. Recomenda-se limitar estritamente as gorduras em nossa dieta, pois existe uma conexão entre a ingestão de gordura e os índices de câncer de seio. Por outro lado, mulheres que amamentaram ao seio por longos períodos estão menos propensas ao câncer de seio, segundo a Organização Mundial de Saúde.[18]

[17] *Let's Live*, edição de abril, 1979, p.88.

[18] "Breast Cancer Cause. Is It Too Much Fat?" *National Health*, outubro 1979, p.1, Oliver Cope, médico, *The Breast* (Boston Houghton Mifflin, 1977), pp38-48; e Dana Raphael, *The Tender Gifit: Breastfeeding* p.85.

Se você acha que está correndo risco, o auto-exame dos seios e a realização regular de exame preventivo pode ser crucial. Do ponto de vista metafísico, diz-se que o câncer é uma doença do ressentimento, e as panes afetadas no corpo revelam aquilo que está sendo ressentido. O câncer de seio, portanto, pode mostrar o ressentimento em relação à própria mãe, ao desempenho do papel materno ou outras funções lunares.

Que Espécie de Pai/Mãe Seria Você?

Mais uma vez, consulte sua lista de signo, casa e aspectos da Lua, conforme explicado no capítulo 4. Como sua Lua representa a mãe que você teve, e a mãe ou pai em que você se torna, as cartas da Mamãe podem ter alguma relevância para você como pai ou mãe. Grande parte do padrão é transmitido inconscientemente. Ao se tornar mais consciente desses padrões, e ao elaborar o nó materno, você aprende a ser um tipo de mãe/pai diferente de sua mãe, caso não lhe agrade o modelo que teve. Naturalmente, nem tudo aquilo que nossas mães transmitiram foi prejudicial ou não teríamos conseguido de forma alguma chegar à idade adulta. A Lua em seu mapa, além do signo, casa e aspectos que faz, mostra de que jeito você se sente em relação a cuidar de outros e suas reações àqueles que são dependentes de você. Ela talvez não mostre sempre o comportamento concreto que você tem no papel parental, mostrando mais como você se sente no íntimo em relação a este.

Lua em Áries: Você pode sentir considerável raiva em relação as necessidades que não foram atendidas, e assim talvez reaja com irritação quando tem de cuidar de outros. Mais provavelmente, sua mãe forçou você a ser extremamente independente; assim, você quer que os outros sejam igualmente independentes. Sua tristeza ou carência quando criança foi freqüentemente recebida com desprezo ou com a retirada do amor. Por conseguinte, mesmo que não o manifeste, talvez se irrite quando uma criança chora ou se agarra a você. (O floral **Impatiens**, de Bach, é excelente antídoto para a característica irritabilidade de Áries.) Trabalhe no

sentido de ter mais paciência com as emoções e necessidades de seu filho(a) e com as suas próprias.

Por outro lado, você tem uma excelente capacidade de liderança, mas também pode ser um pouco autoritário(a) e ficar zangado(a) quando não lhe obedecem. Você é uma pessoa ativa e se sente frustrada quando confinada apenas ao lar, portanto é importante encontrar modos de obter mais liberdade. A atividade física é uma excelente válvula de escape, liberando a raiva e atendendo a uma necessidade válida de sua parte. Se tiver idade suficiente, a criança pode participar de suas atividades e aprender com elas. Você irá comunicar aos filhos a abordagem vigorosa e interessada que tem em relação à vida, e também sua admirável auto-suficiência.

Lua em Touro: Este é supostamente o "melhor" signo lunar — o signo da exaltação da Lua na astrologia tradicional. A não ser que existam aspectos difíceis em sua Lua, você talvez seja antiquado(a) e se contente com o papel parental. Suas próprias necessidades de dependência foram satisfeitas por um ambiente doméstico estável e você considera natural fazer o mesmo por seus filhos. As rápidas mudanças em nossa civilização podem tirá-lo(a) do equilíbrio, portanto você talvez invista energia demais em seus filhos, como uma forma de segurança pessoal. (**Walnut**, de Bach ou **Transitions Formula**, da Desert Alchemy, podem ajudá-lo(a) a lidar melhor com a mudança.) Seria gratificante plantar um pouco do próprio alimento, ter plantas em casa, e você pode legar a seus filhos seu talento para cultivar coisas. É importante que dê à criança a oportunidade de manipular algum dinheiro. Entretanto, não coloque uma ênfase excessiva nas coisas materiais da vida — é preciso ter um bom equilíbrio, ditado pelo bom senso. (**Hound's Tongue**, da FES, pode ajudar a estabelecer tal equilíbrio.) O que você deixará para seus filhos é sua própria estabilidade, seu senso prático e a capacidade de desfrutar profundamente os prazeres sensuais. (Se sua Lua faz aspectos com Plutão em Leão, este retrato suave pode não se aplicar a você — tente também a Lua em Escorpião.)

Lua em Gêmeos: Se você é uma típica Lua em Gêmeos, foi criado(a) para se sentir pouco à vontade com demonstrações emotivas, assim, talvez

você rente convencer seu filho(a) a ficar distante de seus medos e frustrações naturais. Saiba que sensações desagradáveis são parte da vida. A criança pode se adaptar a esses sentimentos, desde que eles não sejam banidos da consciência. (**Nasturtium**, da FES, pode ajudar você a parar de viver tanto no nível mental.)

É provável que sua mãe estivesse constantemente em movimento e, a exemplo dela, você é uma pessoa ativa e inquieta, que deseja uma boa dose de estímulo mental e de conversação; se negligenciou esses prazeres, pode se sentir restrita e entediada. Você provavelmente consegue se concentrar em duas coisas ao mesmo tempo. Arranje um telefone sem fio e aprenda a executar suas tarefas com rapidez, abrindo espaço para seus próprios interesses. Você daria uma ótimo(a) professor(a) e sua capacidade de estimular intelectualmente os filhos é uma vantagem. Ler para eles ou contar-lhes histórias pode ser agradável e despertará neles o amor pelos livros. O bom humor é outra qualidade e ensinar seus filhos a rir pode ser um legado que os coloque numa boa situação ria vida afora.

Lua em Câncer: Você é o legítimo tipo lunar. O papel parental pode trazer grande satisfação, no entanto você também pode se tornar sufocante. (**Red Chestnut**, de Bach, é o perfeito antídoto do amor sufocante.) Como você pode ter uma dependência residual, estabeleça relações carinhosas com outros adultos, para não se sentir esgotado(a) por sua própria família. Interesses e relacionamentos externos também podem evitar que fixe excessiva atenção na criança. Encontrar saídas seguras para sua natureza fortemente emocional evitará que seus filhos se tornem o foco de excessiva atenção. As técnicas para manter regulado seu hemisfério lunar são importantes em seus relacionamentos com os filhos.

Conexões com pais (mães) mais velhos e mais experientes irão reassegurar você, à medida que a criança for atravessando os níveis normais de desenvolvimento. As crianças têm grande resistência para sobreviver aos arranhões e torvelinhos emocionais, logo, não reaja desproporcionalmente. (**Red Clover**, da FES, pode ajudar você a permanecer centrado(a) quando os membros da família estão perturbados.) Os livros de psicologia infantil podem colocar em perspectiva o desenvolvimento de seu filho, de modo que você não precise se sentir tão ansioso(a). No caso de filho único ou

caçula, talvez seja bom formar grupos de recreação para que a criança não fique dependente demais. Os exercícios e leituras sugeridos anteriormente para desintensificação de seus vínculos com sua própria mãe, ajudarão você, por sua vez, a evitar uma fixação simbiótica com os próprios filhos.

Do lado positivo, muitos(a) de vocês têm uma excelente compreensão natural de crianças e são extremamente protetores. Sua capacidade de compreensão emocional e percepção intuitiva torna você extremamente sensível aos próprios filhos. Você também tem a capacidade de fomentar essa sensibilidade emocional e percepção intuitiva em seus filhos.

Lua em Leão: Se você teve uma mãe bastante narcísica, sua própria necessidade de atenção jamais foi adequadamente satisfeita, de modo que você talvez ainda esteja carente de atenção na vida adulta. (Os florais de Bach, **Chicory** ou **Heather**, ajudam neste caso.) As tarefas relacionadas à criação de filhos, nas quais toda a atenção tem de estar focalizada em outra pessoa, devem ser completamente equilibradas por atividades externas. Providencie para que a criança tenha um substituto aceitável — isto é, um grupo de recreação. Você tem um grande impulso pela busca de significado, impulso que poderia ser atendido pelo trabalho ou por atividades comunitárias em que você conseguisse um sentido de importância e de realização. Caso contrário, você talvez busque atenção de modo vicário, ficando excessivamente envolvido(a) nas realizações dos filhos. Sem dúvida, você gostaria de ser um(a) déspota(a) absoluta. A obediência constante não é nem necessária nem desejável, se você quer ver seu filho(a) ser capaz de pensar por si quando adulto. Aprenda a não levar tão a sério as emoções dos filhos — eles dramatizam as situações e esses incidentes passam rapidamente.

Pelo lado positivo, você tem um traço divertido e infantil, de modo que caso se permita entrar no mundo de seus filhos e brincar com eles, poderá partilhar momentos maravilhosos. Você pode gostar de criar e interpretar histórias. Ao reconhecer e amar sua criança interior, poderá compartilhar o mundo de seus filhos de uma forma que a maior parte dos adultos presunçosos nunca faz. (**Zinnia**, da FES, pode realçar essa conexão com a criança interna.)

Lua em Virgem: Por causa do exemplo de sua própria mãe, que pode ter sido até certo ponto uma mártir, você quer ser o pai(mãe) perfeito. Você é uma pessoa laboriosa, motivada, mas propensa a ser dura demais consigo mesma. Aprenda a abrir mão do perfeccionismo, já que talvez aplique também a seus filhos os mesmos padrões críticos. Á medida que aprende a amar a si mesma e não exigir perfeição, também aliviará o espírito crítico em relação a outros. (Os florais de Bach, **Beech**, **Rock Water** e **Pine**, podem ser imensamente úteis na aprendizagem de como não ser tão severa consigo mesma.)

Quando se trata de manter a casa, a culpa e a compulsão são seus inimigos. Cone de seu vocabulário a expressão "dever" e tire algum tempo para cheirar as flores do jardim com seus filhos. No mundo infantil, um assoalho tão limpo que se possa comer no chão não é substituto à altura de um ouvido solidário. Você irá transmitir a seus filhos o fone sentido de ordem, o desejo de ser prestativo(a) e a atitude conscienciosa que lhe são próprios. Seu sentido prático e diversas habilidades também podem ser úteis, como legado.

Lua em Libra: Pode haver uma calorosa ligação pais-filhos, com essa posição, e uma excelente capacidade de compartilhar com os filhos. É importante, entretanto, que você tenha intercâmbio afetivo com outros adultos, de modo que o vínculo não seja excessivamente enfatizado. Caso esteja enfrentando dificuldades conjugais, elabore-as para que a criança não se sinta pressionada a intermediar ou a compensar a falta de companhia que você sente. Se é divorciado(a), encontre redes de apoio íntimo, para não concentrar excesso de atenção na criança, como saída para seu desejo de intimidade. (O floral de Bach, **Chicory**, ajuda a quem, devido a carência de proximidade, tornou-se excessivamente possessivo.)

Talvez você esteja também se sentindo ameaçado(a) pelo conflito e o esteja disfarçando com doçura e leveza. Só se aprender com a raiva e o conflito você poderá ensinar seu filho(a) a administrar as emoções humanas fundamentais. Você irá deixar para os filhos sua própria sociabilidade e o amor pelas pessoas e pela beleza, além da capacidade de enxergar o ponto de vista alheio.

Lua em Escorpião: Devido as necessidades insatisfeitas de dependência, você talvez se sinta sobrecarregado(a) e de certo modo ressentido(a) com o papel parental. Entretanto, você se sentiria culpado(a) por não ser um pai/mãe perfeito(a), portanto é possível que trabalhe até chegar à beira da exaustão. (Os florais de Bach, **Pine** e **Rock Water**, podem ajudar você a ser menos exigente consigo mesmo(a).) A seção que trata de estafa pode ser importante, pois você pode às vezes ficar esgotado(a) ao tentar tão arduamente ser perfeito(a).

A você também pode ter sido ensinado(a), e, aliás, muito bem-ensinado(a), controlar seus sentimentos e necessidades e a acreditar que não tem direito a eles. Quando zangado(a) com as exigências da prole ou quando carente, você pode se tornar ainda mais preso(a) ao sentimento de culpa e tentar escondê-lo. Talvez termine até se sentindo totalmente só no mundo, carregando sozinho(a) a responsabilidade da família. (Essa é uma posição lunar de contradependência.) Aprenda a expressar suas próprias necessidades e emoções numa atmosfera de proteção, para não ter de se tornar amargurado(a) e transmitir seu ressentimento para a família.

Periodicamente, você precisa de calma e privacidade para se regenerar e reabastecer. Como teve uma mãe muito controladora, talvez administre seus filhos restritivamente, em vez de deixá-los ter a liberdade de explorar as possibilidades da vida. Ou, talvez faça o possível para não ficar uma pessoa parecida com ela, e assim terminar sendo permissiva e excessivamente indulgente. É importante trabalhar no sentido de liberar — viva e deixe viver. (Algumas semanas tomando o floral de Bach, **Vine**, irá deixar mais soltinho até o maior maníaco de controle.) Dar manutenção a seu hemisfério lunar pode evitar que as emoções invadam sua vida doméstica. Do lado positivo, você observa profundamente a natureza humana e dá ouvidos ao que seus filhos verbalizam, e igualmente ao que eles não expressam. Você irá transmitir à prole suas habilidades analíticas e esse talento para ir além da superfície nas interações humanas.

Lua em Sagitário: Seu lema pode ser, "Faça o que eu digo, mas não faça o que eu faço." Não pregue sermão em seus filhos, nem encontre uma moral para toda e qualquer história, mas sim escute e se comunique.

Por natureza você é uma pessoa otimista, daí que talvez se precipite em mostrar o lado alegre, e realmente não dê ouvidos aos medos e preocupações de seus filhos. (O floral de Bach, **Agrimony**, ajuda àquelas que disfarçam os sentimentos difíceis projetando uma fachada alegre.) Você é mentalmente ativa e curiosa, e é importante encontrar saídas intelectuais, senão irá se sentir emburrecida. Não se esqueça de sua evolução mental. As bibliotecas e televisões educativas podem ser um paraíso para você. Você pode ser autodidata em qualquer área de interesse, mesmo que não consiga tempo neste momento para freqüentar a escola. Você irá comunicar à família seu desejo de aprender e se desenvolver, sua busca de sabedoria, seu otimismo e sua abordagem filosófica à vida.

Lua em Capricórnio: Você é outra pessoa que pode viver atormentada pela perfeita imagem parental e pode ser muito dura consigo mesma, se não conseguir alcançá-la. (Como os virginianos, você também pode usar os florais de Bach, **Rock Water** e **Pine**.) Trabalhe no sentido de se libertar de padrões pouco realistas de perfeição para si mesma, seu trabalho doméstico e seus filhos. Você realmente tem necessidades, fato que a faz se sentir uma pessoa culpada e a ignorá-las. Encontre modos de se reabastecer, para evitar a depressão ou a fadiga. Respeite suas emoções, porque não conseguirá construir muralhas contra seus sentimentos nem proteger seus filhos contra os sentimentos deles.

A não ser que sinta a satisfação da realização, você pode se concentrar nas conquistas dos filhos, empurrando-os para a vitória. Com certeza, é possível combinar vida profissional e função parental, principalmente em razão de seu talento para a organização. Quando você procura ser uma pessoa perfeita em ambos, só consegue tornar infelizes a si mesma e à família. Mulheres com essa Lua, podem ser mais felizes, em alguns aspectos, como profissionais de carreira, trabalhando por realizações no mundo exterior. (**Pomegranate**, da FES, ajuda a estabelecer um equilíbrio feminino entre a casa e a vida profissional.)

No lado construtivo, você irá ensinar aos filhos sua própria atitude conscienciosa e seu desejo de melhorar o mundo a sua volta. Você possui um forte sentido de responsabilidade e irá comunicar seu próprio senso

do que é certo e errado. Você também legará a eles sua autodisciplina e sentido de ordem.

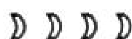
Lua em Aquário: Se você tem essa Lua, reconheça que jamais se ajustará totalmente ao casamento tradicional e aos papéis familiares, que alguma coisa dentro de você se rebela contra eles. Talvez você queira experimentar outros estilos de vida e opções parentais que dêem mais liberdade, ao mesmo tempo que ainda lhe oferecem satisfação para suas necessidades de filhos. (O floral **Goldenrod**, da FES, ajuda você a continuar à vontade com suas convicções, apesar da desaprovação externa.) Você tem um forte impulso pelo estímulo intelectual e envolvimento com o mundo em geral. Não há nada que impeça a participação de seus filhos, mesmo que as atividades sejam tão simples quanto colocar circulares em envelopes ou reciclar materiais.

Se você respeitar a necessidade de uma certa dose de liberdade e de estimulação mental, poderá evitar as dificuldades dessa posição. O trabalho pela percepção consciente dos sentimentos irá ajudar você a equilibrar suas necessidades com as da família. Você comunicará aos filhos sua maravilhosa preocupação com a humanidade e visão mais ampla da vida, permitindo a eles um grau de liberdade e independência que é difícil de encontrar num padrão tradicional de criação. Como você, eles também virão a questionar o que há e terão a coragem de forjar seus próprios caminhos, não ficando presos a estereótipos.

Lua em Peixes: Se você tentar viver segundo a imagem de Superpai(mãe), pode acabar se sentindo deprimido(a) e martirizado(a). Você tem uma necessidade profunda de investigação e realização espiritual. Para não ficar esgotado(a) com a função paterna/materna, medite regularmente e encontre seu centro espiritual. (**Lotus**, preparado por diversas empresas, é tão importante espiritualmente como floral quanto a própria flor, e **Angelica**, da Pegasus, ajuda você a manter a sintonia com os reinos angelicais.)

Fazer as tarefas de seu hemisfério lunar será benéfico, porque você tem a tendência a se esconder de seus sentimentos e a tentar conseguir que seus filhos se escondam igualmente dos próprios. Isso se deve, em parte, à sua extrema sensibilidade e receptividade, que o(a) leva a sentir

as dores de seus filhos. Este é um traço positivo, porém quando levado a extremos, pode fazer você reagir exageradamente. As crianças são muito resistentes e logo superam os traumas. As suas emoções podem ser intensas em dado momento, e estarem esquecidas momentos depois, enquanto você continua fervendo. (O floral **Red Chestnut**, de Bach, e os florais **Red Clover** e **Pink Yarrow**, da FES, ajudam você a manter na perspectiva correta os altos e baixos.) Você conseguirá transmitir aos filhos sua sensibilidade e compaixão pelos outros e sua natureza espiritual. Essas qualidades não só servem de exemplo para eles, como também podem amparar a você no estresse da condição de pai/ mãe.



Conforme mostram essas leituras, cada signo e cada aspecto lunar têm vantagens e desvantagens, em relação ao papel de pai ou mãe. Ao maximizar o que é positivo e trabalhar conscientemente o que é negativo, você pode fazer uso mais construtivo do signo. Quanto mais equilibrado for seu hemisfério lunar, menor probabilidade você tem de exagerar os aspectos negativos, e maior possibilidade de aproveitar as contribuições positivas da função parental. Tenha compaixão de si mesmo(a) como tipo lunar que labuta em meio às dificuldades do mundo solar. Lembre-se de que sua capacidade de cuidar dos outros pode estar sujeita a tensões causadas pelas mudanças sociais que discutimos.

Como Usar o Círculo do Ascendente Câncer para Evitar Estafa Parental

Até agora nós nos concentramos no limiar lunar atravessado pelo pai ou mãe de primeira viagem. Não avaliamos o esgotamento lunar cotidiano que a função de pai ou mãe pode acarretar. ESTAFA é uma palavra da moda, nas profissões de assistência. Todo mundo que é alguém tem estafa — médicos têm estafa, assistentes sociais têm estafa, enfermeiras têm estafa. As vítimas dessa doença terrível encaram-na seriamente. Existem oficinas, programas e aconselhamento para fazer você engrenar

novamente ou então para ajudá-lo(a) a iniciar uma reciclagem profissional na meia-idade.

O que ninguém reconhece é que as mães vêm sendo vítimas de estafa há séculos, acontece que quando uma mãe sofre de estafa, sinalizam para ela que isso é impróprio. Quando o caso de estafa é suficientemente sério, declaram que você teve um esgotamento nervoso. Os homens também podem sofrer de estafa parental. Eles podem expressá-la de formas variadas, como passar cada vez mais tempo longe da família ou grudados na televisão. O Círculo do Ascendente Câncer é uma excelente ferramenta não só para diagnosticar se você está sofrendo de estafa parental, mas também para aliviá-la.

Os sintomas? Vamos percorrer o círculo. Você está sofrendo de estafa se anda sentindo que sua casa é uma rígida carapaça a seu redor (Câncer na 1ª casa), se anda gastando excessivamente para sair da fossa (Leão na 2ª), se constantemente analisa e critica seu desempenho ou o de sua família (Virgem na 3ª), e se está se sentindo casado(a) com as responsabilidades da casa (Libra na 4ª). Desconfie que anda estafado(a) se às vezes tem vontade de matar as crianças (Escorpião na 5ª), e se exagera na comida, nas bebidas alcoólicas ou em outras substâncias, por se sentir tão cansado(a) e esgotado(a) (Sagitário na 6ª). Se você não consegue se lembrar porque se casou com esse estranho(a) com quem vive (Capricórnio na 7ª), e sente-se frio(a) e distante na cama por causa do ressentimento de viver dessa forma (Aquário na 8ª, a causa pode ser estafa. Se você sente que sua vida é uma prisão (Peixes na 9ª), e sente-se vagamente zangado(a) com o mundo inteiro (Áries na 10ª), se sonha com a riqueza como rota de fuga (Touro na 11ª), e sente que sua mente tirou férias desde sabe Deus quando (Gêmeos na 12ª), então o diagnóstico de estafa é 100% correto!

O círculo do Ascendente Câncer nos ensina que os pais também necessitam ser alvo de cuidados, para continuarem a dá-lo a seus filhos. Já que o terno cuidado amoroso não é fácil de se conseguir para os adultos, a mensagem aqui é de que você necessita aprender a cuidar com carinho de si mesmo(a), sem sentir culpa por estar sendo "egoísta". De outro modo, acabará esgotado(a) e ressentido(a) com relação ao cuidado carinhoso que

deve dispensar. Vamos percorrer novamente o círculo para obter sugestões concretas sobre a maneira de evitar a estafa mortal.

Câncer na 1ª Casa: Além de aprender a dar a si mesmo(a) um cuidado carinhoso, essa posição sugere a necessidade de conscientemente estabelecer conexões com mulheres mais velhas, capazes de lhe fornecer aconselhamento e apoio emocional, e que possam funcionar como figuras maternas para você. Isto não é nenhuma vergonha — todos nós temos necessidade disso e pode ser mutuamente gratificante. Se conseguir manter uma relação de amizade com sua própria mãe, por intermédio de processos como os citados no último capítulo, muita nutrição emocional poderá ser ganha. Em razão dos laços sangüíneos que ela tem com os netos, poderá também gostar de ajudar com eles de vez em quando. Lembre-se, entretanto, que as avós, exatamente como as mães, podem ficar ressentidas de contarmos incondicionalmente com elas.

Leão na 2ª Casa: É importante que você adquira um sentimento de auto-estima pela contribuição que está fazendo à sua família. Ser pai ou mãe é possivelmente um dos mais exigentes caminhos de vida que você podia escolher, caminho que força você a se afastar do autocentramento e aproximar-se do altruísmo, e você merece reconhecimento por isto. Sinta prazer e orgulho pelo fato de ser o rei ou a rainha em seu próprio castelo pessoal, e de que esse trabalho seria um desafio para qualquer administrador. Da mesma forma, para evitar as conseqüências da estereotipagem lunar, você precisa desenvolver um sentido de seu próprio valor e capacidades como indivíduo, à margem do papel parental. Investir algum tempo em suas habilidades criativas protege você do esgotamento e lhe dá um EU a que retornar, um centro.

Virgem na 3ª Casa: Se as coisas não estão indo bem em alguma área de seu lar ou vida familiar, analise a razão e comece então a trabalhar nisso com aquele magnífico senso prático de Virgem. Virgem é eficiente e talvez haja maneiras mais eficientes de organizar seu trabalho, para deixálo(a) menos cansado(a) e dar-lhe mais tempo para as próprias necessidades. Por exemplo, parte do trabalho doméstico que fomos programados(a)

a acreditar que fosse essencial não passa de perfeccionismo desperdiçador de tempo.

Virgem na 3ª casa também sugere que caso disponha de meios para contratar alguém que faça a faxina de sua casa pelo menos uma vez por mês, isso lhe traria alívio. Custa menos do que uma hora de sessão de psicoterapia, da qual você necessitaria caso trabalhasse a ponto de ter uma séria estafa! Chame a isso psiquiatria preventiva, e arquive a despesa no meio dos gastos médicos. A 3ª casa é referente a vizinhos e você talvez encontre alguém jovem nas vizinhanças, que no afã de ganhar um dinheirinho faça a faxina para você a um preço razoável.

Libra na 4ª Casa: Essa posição sugere a necessidade de equilibrar os pratos da balança em sua relação matrimonial. Nós estamos programadas para acreditar que os homens não conseguem aprender a fazer as tarefas domésticas, nem a cuidar dos filhos. Compartilhar responsabilidade pela casa com mais equanimidade exige comunicação e uma auto-afirmação constante, mas no final seus esforços serão consolidados. As crianças também podem compartilhar das tarefas, ficando mais bem preparadas para viverem por conta própria, se lhes permitirmos aprenderem habilidades domésticas básicas. Libra na 4ª casa também mostra a necessidade de um equilíbrio entre trabalhar em casa e ter com o mundo externo algum contato que possa compensar você.

Escorpião na 5ª Casa: Existe uma necessidade absoluta em você de ter algum tempo individual para relaxar e ocupar-se de seus próprios interesses, nem que seja só meia hora por dia. Se você estabelecer uma norma firme sobre seus momentos de tranqüilidade, os filhos irão aceitá-la tão inquestionavelmente quanto aceitam qualquer outra. Se sentir ambivalência e culpa em relação a isso, entretanto, as crianças irão perceber e manipular sua culpa. Você é quem faz as regras e, se não estabelecer o próprio direito a algum tempo para si mesmo(a), seu ressentimento íntimo irá poluir-lhe a atmosfera do lar. Se retirar tempo de seus filhos quando tiver necessidade, voltará revigorado(a) e capaz de dar sem sentir ressentimento.

Sagitário na 6ª Casa: Aplique algumas idéias novas a seu trabalho com a família, lendo alguns livros da ampla oferta que existe sobre vida

doméstica e cuidado infantil. Tenha cuidado, entretanto, quanto a aceitar aconselhamento "especializado" cheio de "deves" que só deixam você mais sobrecarregado(a) de culpa. Há agora muitos livros bons, escritos por gente como você, num estilo prático e até bem-humorado.

Capricórnio na 7ª Casa: Já tecemos considerações sobre a utilidade de se manter um bom relacionamento com mulheres mais velhas e de compartilhar de forma mais equânime as responsabilidades com seu parceiro. As mulheres estão programadas para tratarem os homens de duas maneiras distintas: ou nós os tratamos como autoridades absolutas, ou então como garotinhos, quando eles realmente são apenas seres humanos como nós, lutando para se tornarem íntegros, exatamente como nós. O capítulo sobre os homens indubitavelmente desafiará algumas das idéias que você tem. Trabalhar por um relacionamento mais equilibrado é difícil, no entanto, deve ser providenciado, caso você queira sobreviver às tensões que todas nós encaramos como tipos lunares no mundo solar. Caso não haja um parceiro, trabalhe seriamente na criação de sistemas de apoio.

Aquário na 8ª Casa: Faça uma pausa, toda vez que necessário, para se regenerar. Apesar do que você foi programado(a) para acreditar, as crianças não vão morrer por isso. De fato, elas podem adquirir mais independência graças a algumas separações benignas. As separações nem sempre têm de ser traumáticas. Elas só o são se você negligenciou a si mesmo(a) por tanto tempo que fica doente, ou se ficou tão ressentido(a) que dá um corte frio e abrupto à maneira aquariana. A ausência torna o coração mais afetuoso, e se você conseguir se afastar regularmente durante algumas horas, ou mesmo por um fim de semana a sós consigo mesmo(a), em decorrência o relacionamento com a família ficará melhor.

Peixes na 9ª Casa: Fazer um curso num estabelecimento de ensino local pode ser uma escapada fabulosa, e poderá também dar a você nova inspiração, para não sentir-se como se estivesse na prisão. Gastar algum tempo na leitura de livros sobre espiritualidade ou no estudo da meditação pode ampliar sua perspectiva sobre o verdadeiro sentido

da vida. Também existe um componente espiritual na condição parental. A busca espiritual não só irá ajudá-lo(a) a ter apreço ao que seu trabalho faz por você e sua família, como também irá ajudá-lo(a) a distribuir mais espiritualidade. Estes ensinamentos espirituais serão de extrema valia aos filhos, nestes tempos difíceis de um mundo em rápida mutação.

Áries na 10ª Casa: Fomentar a auto-afirmação e ser mais aberto(a) em relação à raiva pode aliviar a fadiga e a depressão que normalmente acompanham a estafa. Áries é liderança, e seus filhos irão respeitá-lo(a) mais se você estabelecer uma clara liderança e regras segundo as quais viver, em vez de bancar o(a) mártir. Uma educação abertamente permissiva cria problemas tanto para os pais quanto para os filhos. Estes necessitam de firmeza e de regras segundo as quais viver, para se sentirem seguros. Isto não é o mesmo que agir como um rude inspetor de disciplina; porém, sem limites nem direcionamento, as crianças ficam ansiosas e constantemente testam você. Um dia desses o mundo imenso e frio vai dizer "não" a elas. Disciplina em casa pode ajudá-los a adquirir a disciplina que necessitarão mais tarde na vida.

Touro na 11ª Casa: Existem grupos de apoio e organizações de auto-ajuda para atender a praticamente qualquer situação, desde os grupos de paternidade recente até os grupos Tough Love, para famílias que têm adolescentes com problemas. Se aderir ou se formar um grupo e investir nele seus esforços, ele lhe dará um excelente retorno, estabilizando e nutrindo você. Se o dinheiro for problema, uma solução pode ser fazer com os amigos um escambo das habilidades que você possui. O revezamento com os vizinhos nas tarefas de cuidar das crianças é um método que muitos pais jovens consideram vantajoso.

Gêmeos na 12ª Casa: Aprender a explorar de forma mais consciente sua intuição pode oferecer respostas personalizadas para problemas de família, que nenhum livro nem especialista pode dar. A meditação diária, mesmo que precise acordar meia hora mais cedo, pode ajudá-lo(a) a alcançar profundos reservatórios de energia. Entrar em contato com suas

verdadeiras emoções pode ajudar a lidar de forma mais equilibrada com a família. Você pode evitar a perda de centro e o estabelecimento de uma relação distorcida, além da fadiga ou depressão que podem ser causadas pela repressão.

CAPÍTULO 10

A LUA E O CICLO MENSTRUAL

Por que dedicar à menstruação um capítulo inteiro de um livro de astrologia? Sim, a menstruação é regida pela Lua, mas trata-se de uma parte constrangedora, pouco asseada e às vezes dolorosa, da vida das mulheres. De preferência, gostaríamos que ninguém ficasse sabendo quando ocorre, e certamente não se trata de um assunto de convívio com o sexo oposto. Quando uma equipe da televisão japonesa me entrevistou sobre o livro, *A Influência da Lua no seu Mapa Natal*, avisaram-me que não deveria mencionar a palavra menstruação. (Os leitores de sexo masculino provavelmente fecharam este livro estrepitosamente, no minuto exato em que a palavra começada por M lhes atingiu os olhos!) Se você não quiser se imiscuir na questão, terá com certeza a liberdade de saltar este capítulo. Se, no entanto, você sofre de TPM, compulsão alimentar ou qualquer outra disfunção lunar, talvez vá encontrar aqui algumas respostas. O ciclo menstrual é importante na integração do hemisfério lunar. Os períodos mensais das mulheres são uma forma que o corpo encontra para equilibrar, curar e depurar a si mesmo. Quando ignoramos ou negligenciamos as necessidades especiais que temos nessa época do mês, nosso bem-estar físico e mental é quem sofre.

Quando as mulheres começaram a participar do mercado de trabalho, a necessidade da conjuntura econômica forçou-as a minimizar o cuidado menstrual. Para sobreviverem, as trabalhadoras tentam reprimir, naquela altura do mês, como se fossem máquinas, sua natureza e suas funções lunares. Você talvez não consiga uma promoção se tratar de forma muito óbvia a questão da menstruação abundante. Entretanto, nós não podemos ignorar totalmente essas funções — as cólicas

menstruais respondem pelo maior número de horas de trabalho perdidas — 140 milhões anualmente, nos Estados Unidos. Nem todas as mulheres que se ausentam por causa de cólicas estão realmente doentes. Muitas estão exercendo aquele privilégio para evitarem as pressões do mundo solar.

Menstruação, Mitos e a Lua

Evidentemente, a reprodução humana segue um relógio lunar, e não um relógio solar. Um estudo de grande envergadura mostrou que mais mulheres começam a menstruação nas Luas cheia e nova do que em qualquer outra ocasião. Como a gravidez média dura nove meses lunares, também se dão mais nascimentos durante as Luas cheia e nova. A duração média dos ciclos menstruais é a mesma do mês lunar — 29 dias.

Em muitos idiomas, as palavras para Lua, mês e menstruação têm raízes semelhantes. Por exemplo, *mens* é a palavra latina para Lua, e assim também sua palavra derivada, *menstruação*, significa literalmente mudança de Lua. Os índios americanos dizem que uma mulher menstruada está "na Lua dela". As palavras que escolhemos para nos referir à menstruação revelam muito sobre nossas atitudes. Sejam as expressões "um amigo", ou "um incômodo", "cair do telhado", ou "aqueles dias" — todas têm diferentes conotações. Veja o contraste com o idioma chinês, que chama a menstruação de águas celestiais.

Na Antigüidade, mitos e práticas ligados à Lua e à menstruação eram surpreendentemente semelhantes. Em muitas culturas, a Lua nova estava relacionada à menstruação e a Lua cheia era venerada como um símbolo de fertilidade. A palavra estrogênio está relacionada com *oestrus*, *a* fase do cio nos animais. Um alto nível de estrogênio, do tipo que a mulher experimenta durante a ovulação, pode aumentar o desejo sexual. Assim, os antigos ritos de fertilidade na Lua cheia podem ter tido um fundamento biológico.

Louise Lacey, autora do livro, *Lunaception*, estudou as pesquisas científicas e concluiu que crenças antigas sobre a Lua não era simbólicas, e sim, factuais. Sua teoria é a de que originalmente todas as mulheres eram

férteis na Lua cheia. Elas menstruavam durante o escuro da Lua, confinadas em cabanas menstruais. Assim, a relação das mulheres com o ciclo lunar era direto e fundamental para nossa natureza feminina. O poder representado por quantidades de mulheres passando em uníssono por essas mudanças teria sido mágico, parte da atração exercida pelo culto à deusa Lua.

Naturalmente, na vida tribal as mulheres viviam em grande proximidade. Ainda hoje, uma curandeira dos índios americanos chamada Oh Shinnah afirma que em sua tribo todas as mulheres menstruam na Lua cheia. Este é considerado um momento sagrado e poderoso. As mulheres ficam segregadas, e em meditação, para terem a capacidade de oferecer orientação a seu povo. No entanto, isso não se aplica apenas às mulheres que vivem em tribos. Vários estudos confirmaram que as mulheres têm entre si conexões biológicas tão fortes, que quando são colegas de quarto, colegas de trabalho ou amigas, seus períodos menstruais freqüentemente se sincronizam. Pelo visto, as ligações de intimidade respondem em parte pelo fenômeno. Mulheres que vivam num mesmo dormitório ou no quarto ao lado, e que não sejam emocionalmente próximas, não ficam sincronizadas.

Por que será que os ciclos das mulheres já não estão mais tão ligados às fases da Lua? A glândula pineal visivelmente regula os tempos da ovulação e é sensível à luz. Quando a Lua era a principal iluminação noturna, sua luz fazia eclodir a ovulação em multidões de mulheres. Lacey acredita que a luz artificial tenha perturbado esse equilíbrio. Durante o trânsito de planetas exteriores, a luz elétrica se tornou praticamente universal, portanto a ovulação ficou mais individualizada. Localizada no cérebro, a glândula pineal é também considerada a sede da terceira visão. Portanto, a luz artificial pode igualmente produzir desequilíbrios sutis em outras questões lunares.

TPM — Loucura Temporária ou seu Verdadeiro Eu?

Se uma mulher tem uma explosão emocional a qualquer altura do mês, o comentário irônico é, "Você está menstruada ou o quê?" O recado é que não está certo ser uma mulher, nem uma pessoa emotiva, que ambas

as coisas devem ser reprimidas. Nós fomos condicionadas a considerar a TPM como uma loucura temporária — prova da irracionalidade e da fraqueza das mulheres. O meio psiquiátrico evidentemente concorda. Em 1993, a classe propôs que a TPM fosse classificada como distúrbio mental. Frente a semelhante reação, aprendemos a não nos levar muito a sério. Se deprimidas ou irritáveis durante o período pré-menstrual, nós minimizamos a questão dizendo, "Ah, eu devo estar perto de menstruar", e descartamos como "maluquice" o que estamos sentindo.

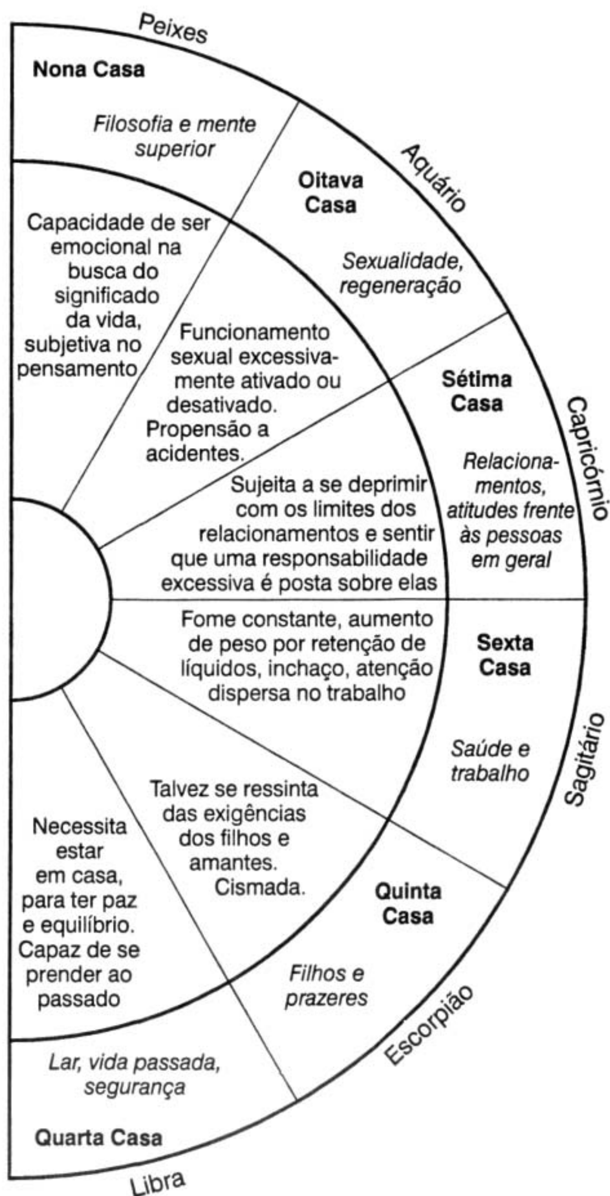
Nossas sensações pré-menstruais são nossos sentimentos REAIS e não nos atrevemos a ignorá-las. É então que estamos mais sintonizadas com o hemisfério lunar, daí qualquer desequilíbrio tornar-se crítico. Nós também estamos mais conectadas com nossas reais necessidades e reações a nossa situação. Talvez as emoções sejam exageradas porque tenhamos passado o mês procurando reprimi-las — ou, quem sabe, elas não sejam exageradas, de jeito nenhum. Entretanto, entramos em ebulição diante de coisas fundamentais — as coisas que realmente nos irritam. Se trabalharmos nessas questões em vez de descartá-las, podemos por fim nos morar mais equilibradas.

O já familiar círculo do Ascendente Câncer fornece muitas informações intuitivas sobre o ciclo menstrual. Novamente impresso na Figura 3 (págs. 250 e 251), desta vez o círculo interno mostra de que forma as combinações de casa e signo correspondem à TPM. Você irá encontrar todos os sintomas típicos — desde o aumento de apetite e hipersensibilidade até à irritabilidade. Posteriormente, revisitaremos o círculo para obter algumas informações sobre como nos curar dos problemas pré-menstruais.

Câncer na 1ª casa do círculo, mostra como nossos sentimentos naquela altura do mês estão muito mais escancarados. Entretanto, essa é uma razão pela qual nossas menstruações deveriam ser vistas como amigas. Se prestarmos atenção aos estados emocionais que surgem a cada vez, podemos endireitar e curar suas causas. Uma agenda especial em que você registre os sentimentos e questões recorrentes iria ajudá-la a identificá-los. Promover mudanças nessas áreas envolve a realização, ao longo de todo o mês, de uma faxina em seu hemisfério lunar. Desse modo, as coisas não se acumulam a ponto de seu equilíbrio ser perturbado pelo estresse adicional dessa fase.



Figura 3. Outra Versão do Círculo do Ascendente Câncer



Peixes
Nona Casa
Filosofia e mente superior
Aquário
Oitava Casa
Sexualidade, regeneração
Capacidade de ser emocional na busca do significado da vida, subjetiva no pensamento
Funcionamento sexual excessiva-mente ativado ou desativado. Propensão a acidentes.
Sétima Casa
Relaciona-mentos, atitudes frente às pessoas em geral
Capricórnio
Sujeita a se deprimir com os limites dos relacionamentos e sentir que uma responsabilidade excessiva é posta sobre elas
Fome constante, aumento de peso por retenção de líquidos, inchaço, atenção dispersa no trabalho
Sexta Casa
Saúde e trabalho
Sagitário
Talvez se ressinta das exigências dos filhos e amantes. Cismada.
Necessita estar em casa, para ter paz e equilíbrio. Capaz de se prender ao passado
Quinta Casa
Filhos e prazeres
Escorpião
Lar, vida passada, segurança
Quarta Casa
Libra

Essas revoluções periódicas também são um mecanismo natural para regular as emoções. Se choramos ou temos uma explosão, descarregamos os acúmulos que, sem serem liberados, poderiam causar lesões. Devemos conceder a nós mesmas a permissão de sentir e expressar aqueles sentimentos, em vez de reprimi-los. Naturalmente, algumas mulheres, de forma bastante infantil, usam o período menstrual como uma desculpa para terem ataques de mau gênio e evitarem as responsabilidades. Aprenda maneiras saudáveis e construtivas de expressar os sentimentos, ou, a longo prazo, quem sofrerá é você e aqueles de quem cuida.

Um sentimento que as mulheres experimentam no pré-menstrual, e que é rotineiramente descartado como "piração", é a raiva. Para qualquer tantinho de raiva que expressemos, recebemos uma reação de hostilidade. O supremo insulto que um homem faz a uma mulher é dizer que ela está "um trapo", observação que só nos é dirigida quando ficamos zangadas ou somos decididas. Espera-se que sejamos protetoras, e não, agressivas — Lua, e não Marte. Se você se irrita durante o pré-menstrual, com o que está irritada? É claro, as meias sujas jogadas no chão do quarto, o assento sanitário abaixado, a fila de pratinhos com restos de tira-gosto são o foco de nossa raiva.

Entretanto, você talvez fique realmente zangada com aquilo que todas essas coisas significam — seu papel na família, no local de trabalho ou entre seus amigos. Marte é a raiva, e o Ascendente Câncer coloca o Áries regido por Marte na loa casa. A 10ª casa, descreve a autoridade e a posição que ocupamos na hierarquia do mundo. Áries indica que, durante o pré-menstrual, muitas mulheres ficam mais conscientemente irritadas com a autoridade e com a própria posição social. Freqüentemente, irrita-nos que outras pessoas exijam que negligenciemos a nós mesmas e cuidemos delas. Tais exigências são constantes, mas a irritação que nos causa pode vir à tona com mais premência nessa época do mês. Neste caso, você talvez precise mudar os relacionamentos em que não receba muito de volta — em que exista mais dependência do que interdependência.

Muitas mulheres não percebem que estão ficando zangadas. Como a raiva feminina é censurada de "maluca", perigosa ou pouco feminina, elas adotam a abordagem mais socialmente aprovada. Introjetam a raiva e ficam deprimidas durante aquela parte do ciclo. As que optam por este caminho, afundam na melancolia, perguntando-se para quê nasceram, e

se a vida vale mesmo a pena ser vivida. Terminada a menstruação, emergimos aliviadas da tempestade, mas ainda nos perguntamos de onde ela terá saído. Concluímos que, sim, provavelmente no fim das contas somos loucas, e aguardamos ainda mais apreensivas o período menstrual seguinte.

Raiva ou depressão talvez não sejam a principal emoção associada a este período. O signo, casa e aspectos da Lua em seu mapa mostram o que são esses sentimentos primários. Uma mulher com Lua em Câncer pode ter uma extrema necessidade de cuidar do ninho durante o período menstrual, ao passo que a com a Lua em Sagitário talvez sinta um desejo desesperado de sair do vale-tudo e viajar. A com a Lua em Peixes pode se sentir espiritualmente perdida — ou, se estiver administrando bem seu hemisfério lunar, pode se sentir espiritualmente iluminada. Fundamentadas na Lua de nascimento, suas reações típicas irão colocar você em contato com suas necessidades lunares, com os verdadeiros sentimentos e com aquilo que, para você, significa ser mulher.

Algumas mulheres sentem uma fome voraz durante o pré-menstrual. Isso em parte se deve às mudanças hormonais, mas também existem razões emocionais. Com o Ascendente em Câncer, sentimentos incômodos vêm à superfície. Para reprimi-los, podemos comer, beber ou recorrer a psicotrópicos — um eufemismo lunar. Nossa sociedade despreza sentimentos e considera a alimentação uma província feminina, portanto as mulheres tendem a comer em excesso, em lugar de cuidarem de si mesmas. O caranguejo necessita de uma concha protetora. Se você não criar para si mesma um ambiente protetor durante o pré-menstrual, talvez vá criar uma camada protetora de gordura. (A relação entre mulher e alimentação será considerada no próximo capítulo.)

O Ascendente Câncer coloca Gêmeos na 12ª casa, mostrando que escrever a respeito de seus sentimentos nessa altura do mês pode ajudar a identificar áreas problemáticas. Depois de alguns meses, certos padrões irão emergir. (Eu costumava ter, durante o pré-menstrual, sentimentos de impotência que batizei de minha síndrome de "fim-do-mundo".) Gêmeos na 4ª casa sugere outras técnicas proveitosas, como praticar meditação ou prestar atenção especial a seus sonhos. Qualquer ferramenta física, emocional ou espiritual que normalmente ajude você deve ser especialmente produtiva agora. Respeite os sentimentos "irracionais" ou

"despropositados" que surjam. Se você examiná-los, encontrará pistas para questões importantes. Depois de confrontar a verdade, você talvez comece a achar incômodo manter as coisas no pé em que estão e porventura precise fazer algumas mudanças. Veja só até onde isso conduz — hoje, um tampão; amanhã, o mundo.

Tabus Menstruais — Superstição ou Sabedoria?

Como outros mitos acerca da Lua, os referentes à menstruação podem conter muitas verdades. Tabus semelhantes são encontrados em áreas muito separadas do globo. As mulheres menstruadas eram isoladas em cabanas especiais, evitavam contato sexual e se lhes proibia cozinhar ou tocar nos alimentos e outras coisas. Seriam tais costumes superstição e preconceito contra as mulheres, ou será que — como tantas tradições populares — eles contêm uma antiga sabedoria? Ao longo dos séculos, eles poderiam ter sofrido distorções e elaborações. Mesmo assim, no cerne dessas práticas as mulheres podem encontrar conexões com sua natureza lunar. Para descobrir os propósitos dos tabus, analise o círculo do Ascendente Câncer.

O Isolamento das Mulheres Menstruadas: Como a prática de isolar as mulheres menstruadas foi seguida no mundo inteiro, deve ter havido boas razões para tal. O círculo sugere que as mulheres podem necessitar de um certo grau de isolamento todo mês, para entrar em contato com os instintos e as emoções. Câncer necessita de uma concha protetora. Aquário na 8ª, a casa da regeneração, mostra que a separação durante essa fase pode ser curativa. À semelhança do resguardo pós-pano, a cabana da menstruação deu às mulheres o tão necessário sossego. Repouso e privacidade durante o período são importantes para manter o equilíbrio emocional. Incômodos como cólicas e TPM surgem quando os sentimentos reprimidos afetam nossos corpos e nos forçam a prestar atenção.

Os retiros periódicos do mundo são também uma questão da 12ª casa, que aponta para ganhos espirituais. Alguns sensitivos dizem que as mulheres são extremamente mediúnicas durante o pré-menstrual e a menstruação. Como o plexo solar tende a estar plenamente aberto, nós

facilmente vemos nosso equilíbrio abalado pela negatividade. Essa vulnerabilidade pode ser uma razão pela qual parecemos teimosas e irracionais durante nossos períodos. Estamos percebendo e reagindo psiquicamente às emoções e motivos inconscientes dos outros. O isolamento pode proteger a mulher intuitiva altamente sensibilizada. Ele também lhe faculta tempo para meditar, vivenciar o hemisfério lunar e voltar com ele ao alinhamento correto.

As essências, **Yarrow**, são boas para proteção psíquica — sendo a branca para proteção geral, a rosa, eficaz contra o esgotamento causado pelos entes queridos, e a dourada, especificamente para o plexo solar. Quase todas as empresas que fabricam florais reconhecem a importância da família do milefólio e preparam remédios com a planta. Os Wiccans também colocam milefólio desidratado em torno da casa para protegê-la da negatividade. **Pennyroyal**, da Pegasus, é outro forte depurativo. Sea Urchin, da Pacific Essences, fortalece nossa capacidade de nos protegermos desta maneira. Freqüentemente, coloco vários desses florais num vaporizador de plantas, juntamente com florais revigorantes como **Lotus**, e vaporizo minha casa e espaço de trabalho regularmente, para purificar as energias.

Isaac Bonewits apresentou uma visão menos positiva dos poderes ocultos das mulheres. Doutor em magia ritual, ele se localiza na linha divisória entre a ciência e o ocultismo. Ele acredita que as mulheres menstruadas emitem energia negativa que interfere no ritual mágico. Embora isso pareça contradizer a visão paranormal das mulheres, talvez nossos poderes devam ser dirigidos para outras tarefas, que não rituais, durante aquela fase. Se não entrarmos em contato com nossos hemisférios lunares e não satisfizermos nossas necessidades especiais, a perturbação resultante pode afetar negativamente as energias mediúnicas. Um retiro pode nos ajudar a reaprender a utilização dessas energias para aquilo que foram programadas.

Jejum e Tabus Alimentares: Outras práticas comuns, como fazer jejum ou não tocar nos alimentos, podem ter-se devido à higiene precária em circunstâncias primitivas — ou não. O fluxo menstrual é um modo de o corpo descarregar as toxinas, razão pela qual as mulheres são mais saudáveis que os homens e vivem mais tempo. Os bioquímicos descobriram

que esse sangue contém proteínas mal metabolizadas, porque nossas funções hepáticas estão comprometidas naquele período. Na pré-menopausa, as mulheres têm muito mais cálculos renais e afecções hepáticas. O dr. Burton Coombs, especialista em problemas hepáticos, associa a suscetibilidade das mulheres a distúrbios do fígado com a presença do estrogênio em nossos corpos. No círculo do Ascendente Câncer, a ênfase no ligado é mostrada por Sagitário, regido por Câncer na casa da saúde. Júpiter governa o ligado. O estrogênio, principal hormônio feminino, é metabolizado neste órgão. Muitas culturas prescrevem jejuns ou dietas especiais durante o período menstrual, sem dúvida para dar um descanso ao ligado. Qualquer pessoa que tenha uma história pessoal ou familiar de problemas hepáticos deve experimentá-lo.

Abstinência Sexual: Se o retiro menstrual é válido, outros tabus menstruais universais também podem ser sensatos, como a proibição do sexo. A 8ª casa significa sexualidade e regeneração. O desapegado Aquário está presente no círculo do Ascendente Câncer. Talvez nessa fase do ciclo, o desapego em relação ao sexo promova uma consciência mais elevada, além de regeneração. A abstinência também pode nos proteger de infecções. O vestíbulo uterino fica mais aberto durante esse período do que em qualquer outra época. O sangue pode agir como meio de cultura para bactérias ou doenças sexualmente transmissíveis.

O astrólogo Bob Mulligan, oferece uma justificativa espiritual para a proibição sexual. A exemplo dos seguidores de Alice Bailey, ele afirma que existe uma poderosa divindade feminina conectada com a Lua. O celibato é exigido para invocá-la e para exercícios espirituais destinados à remoção de obstáculos relacionados com a Lua. A abstinência durante a menstruação, quando o plexo solar está aberto, pode na verdade servir para aumentar o poder espiritual. Quer se aceite ou não uma divindade feminina, o celibato intermitente é recomendado em muitas práticas espirituais.

Se os ciclos das mulheres se correlacionavam outrora com as fases da Lua, então a Lua cheia e a Lua nova devem ter sido espiritualmente poderosas. Meditações em grupo e rituais aumentam as energias mediúnicas, logo você pode imaginar o impacto da quantidade de mulheres em celibato, confinadas em cabanas de menstruação e envolvidas em trabalho

espiritual. Como nos distanciamos desse poder, ao nos divorciarmos dos ciclos naturais! Ao prestarmos atenção a este ritmo, podemos recuperar parte do poder.

Menstruação e Identidade Feminina

A Lua natal mostra a auto-imagem das mulheres. A menstruação está conectada com a auto-imagem porque o ciclo mensal deixa claramente marcadas as fases da vida de uma mulher, desde a menarca até a menopausa. Durante os trânsitos dos planetas exteriores para Câncer, a média de idade da primeira menstruação caiu dos 14 anos para os 12 e meio, ao passo que a menopausa foi adiada. Em épocas anteriores, nossa história reprodutiva deve ter sido muito mais próxima dos aspectos da Lua progredida para sua posição natal. Usando o método de um dia por ano, o ciclo lunar de 28 dias se transforma num ciclo anual de 28 anos. As divisões em quartos correspondem a 7, 14, 21 e 28 anos, com uma nova fase a cada 7 anos depois disso. Essas fases correspondem a mudanças em áreas lunares da vida.

A idade mais baixa para a menarca talvez não pareça importante diante disso. Entretanto, uma mulher de 14 anos está mais bem equipada do que uma de 12 para lidar com o desenvolvimento dos seios, o aumento dos hormônios e a atenção sexual que a puberdade traz. Anos antes de terem maturidade para serem mães, as meninas já estão capacitadas a tanto. Já não é incomum que meninas de 11 e 12 anos sejam levadas a clínicas de aborto, e existe uma epidemia de gravidez adolescente. Pais que "resolvem" o problema da sexualidade da adolescente fazendo-a tomar pílula, colocam em perigo o equilíbrio hormonal da filha, que é bastante delicado nessa idade. A dose extra de hormônios contribui para a perturbação emocional da adolescente.

Os homens não fazem uma entrada tão bem definida na condição masculina, mas para as mulheres a primeira menstruação ou menarca é o rito de passagem para a condição feminina. Até que comece a menstruar, a garotinha talvez não se identifique plenamente com a mulher adulta. O começo da menstruação é o primeiro limiar lunar importante e prepara o cenário para todos os outros que se seguem. Nossas

experiências naquele momento crucial dão o colorido às percepções de feminilidade. A partir das reações dos adultos significativos, descobrimos se essa parte de nós é suja ou natural. Aprendemos se é uma coisa positiva a ser celebrada ou uma coisa vergonhosa a ser escondida. Costumes como o tapa na cara, entre os judeus, na primeira menstruação, comunicam mensagens sobre o significado *de ser* mulher. Contraste-se o fato com as celebrações de um dia ou uma semana de duração, feitas para a primeira menstruação das meninas em muitas culturas nativas. (Na falta de ritos de puberdade culturalmente sancionados, talvez a gravidez na adolescência tenha a intenção de ser parcialmente uma espécie de rito de passagem — como uma afirmação "no meio da cara" de que "agora eu sou uma mulher".) Se você quiser estabelecer um ritual para sua filha ou qualquer outra garota, o livro de Marcia Starck, *Women's Medicine Ways*, está cheio de exemplos e dicas de outras culturas.[1]

Cada menstruação pode trazer para a mulher heterossexualmente ativa um momento de alívio ou de desolação por não ter engravidado ainda. Muitas de nós têm medos e anseios primitivos quanto à nossa fertilidade, usando-a até certo ponto para decidir se somos ou não "mulheres de verdade". As mulheres que estão na menopausa ou sofreram uma histerectomia muitas vezes têm sentimentos intensos em relação a essa mudança, inclusive o medo de que estejam perdendo a feminilidade. Nossa identidade feminina e senso de autovalorização estão ligados a essas funções, independentemente de nossas capacidades e realizações. Não importa quão liberadas ou instruídas sejamos, elas continuam a ter mistério e poder. São muito intensas as emoções que temos em relação às panes do corpo que mais claramente nos definem como mulheres — os seios e o útero. Esses órgãos regidos pela Lua podem despertar sentimentos de inadequação, medo ou vergonha. Os homens também reagem intensamente a eles.

O Que a Mamãe Tem a Ver com a Menstruação?

Um fato importante na identidade das mulheres é nosso vínculo com nossas mães, e o Ascendente Câncer mostra uma forte influência

[1] Marcia Starck, *Women's Medicine Ways* (Freedom, CA: Crossing Press, 1994).

maternal. A mãe causa uma impressão emocional especialmente intensa na primeira menstruação. Estudos mostram que a reação dela, que com freqüência é negativa, molda a maneira como nos sentimos em relação a sermos mulheres. Em geral, ela considera isso uma ameaça. Agora a filha é sexuada e até certo ponto uma rival, enquanto a mãe é a mulher mais velha na casa. Ela pode estar se aproximando da outra ponta do ciclo reprodutivo — a menopausa. A cessação de suas próprias menstruações pode representar a velhice e a ameaça de perda da feminilidade. Isso se aplica especialmente se ela se definiu em termos lunares — como uma mãe, e não como uma pessoa total.

Nossas mães influenciam fortemente no nosso funcionamento durante o período menstrual e nos incômodos que sentimos, segundo afirma Brenda Sobel, uma terapeuta do Brooklin, que se especializou em estresse menstrual. Ela acredita que as cólicas são um "hábito orgânico" resultante do medo da menstruação e que é mantido por atrair simpatia e atenção extra para elas. Se a mãe ensina a filha a temer a menstruação, esta se angustia com a eminência da menarca. O útero se contrai naturalmente durante a menstruação para expelir o fluxo. No início, as contrações podem ser particularmente fortes e um tanto desconfortáveis. Os medos da menina se confirmam e a tensão uterina resultante aumenta o desconforto. Quanto mais desconforto sentimos, mais tensas ficamos. Quanto mais tensas ficamos, mais dolorosa se torna a cólica. Sobel emprega técnicas de *biofeedback* para desativar o hábito das cólicas.

Seu Mapa Natal e o Ciclo Menstrual

A história de sua puberdade e como sua mãe lidou com ela está codificada em sua Lua natal. Essas histórias são mais do que vagas lembranças. No microcosmo, o modo como foi tratado esse importante limiar lunar é muito revelador. Ele estabelece as bases de sua relação adulta com sua mãe, sentimentos relativos às panes femininas de seu corpo e modos de lidar com a menstruação.

Como um exemplo do quão reveladoras essas histórias podem ser, uma adolescente tímida de 12 anos com a Lua em Aquário, em oposição a Plutão estava indo acampar pela primeira vez. A mãe, mulher

reservada e pouco comunicativa, pelo visto percebeu as manchas nas roupas da menina e pensou que ela talvez estivesse prestes a ter a primeira menstruação. Não disse nada à filha sobre essa possibilidade, nem lhe ensinou coisa alguma sobre a menstruação. Em vez disso, deu absorventes higiênicos à líder-bandeirante e preveniu-a de que observasse a garota. A primeira menstruação chegou quando a menina estava no acampamento. Envergonhada e assustada, ela escondeu o que estava acontecendo e se arranjou como pôde, por conta própria. Quando posteriormente descobriu que a mãe sabia o que estava para acontecer e não a preparou, sentiu-se traída. O incidente consolidou um ressentimento já em curso e também alienação em relação à mãe, que perduraram até à morte desta. Somente ao discutirmos o assunto na terapia anos depois, ela percebeu como tinha sido importante a ocorrência, e como a reação da mãe devia ter por base a vergonha. A vergonha e a repugnância, que ela própria sentia ante os órgãos femininos e o ciclo menstrual, eram resultado direto desta experiência.

Escrever a história de sua menarca e compará-la com a condição de sua Lua pode ser revelador. Com uma nova consciência daquela época crítica, você pode trabalhar para curar quaisquer dificuldades atuais que resultem disso. A fórmula **The Miracle at Menarche**, da Desert Alchemy, ajuda a resolver resíduos emocionais daquele estágio. O floral de Bach, **Crab Apple**, alivia a vergonha ou nojo ante as funções corporais. O floral **Alpine Lily**, da FES, remove a vergonha ou programação negativa referente ao corpo feminino, ditadas pela mãe. O **Mariposa Lily**, da mesma marca, após um certo tempo de uso poderá curar as feridas causadas por uma ligação precária com a mãe.

O signo e os aspectos de sua Lua também mostram a reação apresentada por você à menstruação, e os sentimentos que despertam em você esse lado da condição de mulher, em função de tudo o que sua mãe lhe ensinou. Quem tem a Lua em Touro, pode ver a menstruação como natural, e cuidar adequadamente de si, sabendo como conservar sua energia. Quem tem a Lua em Virgem, pode odiar o desconforto, porém lançar mão de sintomas psicossomáticos para conseguir fazer uma pausa no trabalho obsessivo. Uma mulher com a Lua em Escorpião, pode considerar a menstruação uma pane de seu poder feminino — ou de forma menos positiva, pode se ressentir dela por lembrar-lhe a posição subalterna

da mulher. Estudantes de astrologia talvez achem interessante aprofundar ainda mais a análise.

Uma correlação que descobri é que muitas mulheres, cuja Lua está em quadratura com Marte, sofrem de sérias TPMs ou cólicas e também dores de cabeça. Mulheres com a Lua em trígono com Marte, por outro lado, raramente sentem cólicas ou dores de cabeça. Minha amostragem é pequena — com que freqüência se pode abordar esse tópico na conversação de bom tom? Uma quadratura Lua-Marte pode mostrar tensão entre as partes masculina e feminina de seu psiquismo. Pode sugerir também dificuldades no trato com a raiva e a dependência, de modo que esses conflitos podem acentuar a TPM. Um trígono (ou senil) Lua-Marte, mostra harmonia entre essas partes de nós mesmas e menos ambivalência em buscar coisas de que sentimos falta. Não disponho de informações sobre a oposição, portanto é possível que ela não acarrete dificuldades físicas durante a menstruação. Em vez disso, é possível que entre em cena nos relacionamentos, como as oposições tão freqüentemente fazem.

Hormônios — O Elo Lunar?

Nós sempre somos mente, corpo e espírito, portanto a perturbação emocional tem correlatos fisiológicos. Os hormônios femininos são responsáveis por ocorrências que nos tornam femininas: o ciclo menstrual, o desenvolvimento dos seios, a ovulação e a lactação. As alterações hormonais em várias fases da vida das mulheres — os principais limiares lunares —, freqüentemente provocam distúrbios emocionais à sua passagem. Na puberdade, época notoriamente conturbada, os níveis aumentam quando o corpo se ajusta à menstruação. Mudanças hormonais contribuem para a TPM e para a depressão pós-parto. Os principais ajustes hormonais contribuem para o turbilhão que as mulheres atravessam durante a menopausa ou depois de uma histerectomia total. De fato, os hormônios femininos são obviamente um elo subterrâneo entre muitos dos significados da Lua. Os homens sempre têm menores quantidades desses hormônios, mais uma razão pela qual a Lua é menos influente em seus mapas.

Um fator prioritário da montanha-russa emocional é o estrogênio. Ele se acumula até alcançar um pico na ovulação e no pré-menstrual, depois cai rapidamente. Lembre-se de que no hemisfério lunar as mulheres são mais fortes que os homens. Se o estrogênio afeta o hemisfério lunar, eis aí mais uma razão para no pré-menstrual vermos facilmente abalado nosso equilíbrio. Isso também sugere que o estrogênio sintético pode criar dificuldades emocionais.

A água é o símbolo das emoções em muitos ensinamentos ocultistas, e os fluidos e emoções estão fortemente conectados. No pré-menstrual, os líquidos se acumulam em todo o corpo, aumentando a pressão do cérebro. Em *The Lunar Effect*, Lieber associa à fase pré-menstrual mudanças no que ele chama corpo aquático:

> A temporária retenção de líquido e o desequilibro eletrolítico durante a pré-menstruação podem resultar em conseqüências físicas e comportamentais...
>
> As mulheres são mais suscetíveis a doenças físicas e comportamento errático poucos dias antes da menstruação, sendo então freqüentes as internações hospitalares, a doença psiquiátrica e os crimes violentos.[2]

Gêmeos na 12ª casa no mapa do Ascendente Câncer, sugere comprometimento da capacidade de julgar, da lógica e da coordenação, durante a fase — tudo isso estatisticamente documentado. Os problemas são causados principalmente pelo acúmulo de líquido no cérebro. O estrogênio age fortemente sobre o sal, e o sal liga até 70 vezes seu peso em água. Lieber recomenda suspender o consumo de sal duas semanas antes da menstruação. Como os hormônios masculinos não estão tão envolvidos no balanço hídrico, Lieber afirma que não existe uma contrapartida masculina da tensão pré-menstrual.

Todos os órgãos são afetados pela desnecessária exposição ao estrogênio — foram registradas mais de 50 alterações metabólicas. As complicações físicas incluem doenças hepáticas (Sagitário na 6ª), coágulos, hipertensão arterial (Aquário na 8ª), infertilidade e quistos nos ovários e no útero. Sérias conseqüências emocionais também podem surgir. A depressão é

[2] Arnold Lieber e Jerome Agel, *The Lunar Effect* (Nova York: Anchor Press, 1978), p.54.

uma complicação freqüente e as interações químicas com medicações psiquiátricas podem compor ainda mais os danos. No próximo capítulo, exploraremos as ligações entre o estrogênio, o apetite e o peso.

O estrogênio foi sintetizado em 1938, o último ano em que Plutão estava no signo de Câncer. Plutão está ligado à doença do câncer. Sabemos desde 1932, que o estrogênio está associado ao câncer, especialmente nos seios e no útero, regidos pela Lua, e uma associação conclusiva foi demonstrada entre o estrogênio e o câncer, em 1971. Não obstante, obstetras e ginecologistas continuam a promover várias formas de estrogênio sintético, sendo uma delas a pílula anticoncepcional. Às mães recentes se receita estrogênio para secar o leite, se não quiserem amamentar. O estrogênio sintético é usado na Terapia de Reposição Estrogênica (TRE), para retardar a menopausa.

Dietilestilbestrol ou DES é o nome químico do estrogênio sintético. O DES recebeu uma alarmante publicidade como causador de câncer, endometriose e outros problemas reprodutivos em cerca de 50 milhões de filhas e filhos de mulheres que o tomaram durante a gravidez, no final da década de 40 e começo da de 50. O uso do DES foi disseminado durante a conjunção de Plutão e Saturno em Leão, em 1946-1948, quando os médicos o aclamaram como panacéia para a gravidez ideal. As mulheres que têm essa conjunção em posições relacionadas à saúde — isto é, na 1ª, 6ª ou 12ª casas, ou como aspecto de sua Lua ou Sol — talvez devessem se submeter regularmente a testes ginecológicos e exames dos seios.

Os quatro planetas em Câncer na 2ª casa no mapa dos Estados Unidos, mostram uma economia que lucra em explorar as mulheres. Recursos para emagrecer, cirurgia cosmética e obsolescência planejada das roupas são só o começo. O estrogênio sintético é uma indústria de muitos milhões de dólares. As histerectomias são a segunda cirurgia mais comum, e, de cada três, uma é desnecessária. Histerectomias provocam alterações hormonais súbitas e graves, causando mudanças no corpo e nas emoções. Elas portanto, não deveriam ser recomendadas de forma casual pelos médicos nem prontamente aceitas pelas mulheres, sem ouvirem um segundo parecer, ou até um terceiro. É doloroso saber que a posição das mulheres na sociedade pode nos submeter a acidentes corporais e emocionais, perpetrados pela classe médica, que é predominantemente

masculina. (Em 1980, 95% dos obstetras e ginecologistas eram homens — oxalá essa proporção tenha mudado.)

O Círculo do Ascendente Câncer e a TPM

Se as idéias deste capítulo se aplicam a você pessoalmente — por exemplo, se as emoções ou os hábitos alimentares tornam sua vida difícil de administrar durante o pré-menstrual — o que você pode fazer para devolver o barco a águas calmas? Torne-se mais consciente de suas necessidades lunares e administre-as. O círculo do Ascendente Câncer não só apresenta problemas associados com o ciclo menstrual, ele também contém algumas soluções.

Câncer na 1ª Casa: Guide de si mesma com uma concha protetora, para não ficar cansada e esgotada. Na medida do possível, programe períodos de tranqüilidade a sós. As coisas não vão se desmoronar se você tirar uma tarde ou duas para si todos os meses. Permita que seus sentimentos aflorem em vez de reprimi-los. Contatos nutritivos com outras mulheres também são um conforto.

Leão na 2ª Casa: Essa é uma boa ocasião para se focalizar no eu e no desenvolvimento de seus recursos internos. Caso possa se permitir, não há nada de errado em gastar um dinheirinho consigo mesma.

Virgem na 3ª Casa: Preste atenção à saúde, à nutrição adequada e a quaisquer problemas físicos que estejam começando a se manifestar. Como suas reações emocionais, as dificuldades físicas podem aflorar de forma exagerada nessa fase. Prestar atenção a elas de forma construtiva — em vez de ser hipocondríaca — pode evitar sérios problemas de saúde mais adiante. Com Virgem na 3ª casa, analise sua rotina diária visando à eficiência, para dispor de mais tempo para si mesma. Muitas mulheres são atacadas por uma necessidade de fazer faxina na casa, durante o pré-menstrual. Se não for excessivamente exaustivo, pode ser um fator que traga alívio à tensão. Arrumar a casa pode levá-la a se sentir mais próxima de suas raízes.

Libra na 4ª Casa: Harmonia e paz são necessárias num ambiente doméstico. Uma conversa de coração aberto com seu parceiro pode fortalecer os laços. Vocês podem programar no relacionamento o sinal verde para você ser mais dependente durante esse período. Um relacionamento maduro reconhece que cada um tem momentos de maior e menor necessidade. A 4ª casa é o passado, portanto, examine sua própria atuação em quaisquer dificuldades passadas, para se equilibrar emocionalmente. Você talvez também queira embelezar a casa, espalhando flores ou outros elementos de decoração — mesmo que isso peça uma farra consumista no brechó.

Escorpião na 5ª Casa: Você poderá achar gratificante realizar esforços criativos por conta própria. Prazeres tranqüilos como ler histórias de mistério, assuntos de ocultismo ou livros de auto-ajuda podem ser regeneradores e restauradores. Como as crianças podem irritá-la nesse momento, deixe-as com uma babá ou alguma parenta, para poder desfrutar de um pouco de solidão. Fazer um escambo de cuidado infantil na vizinhança pode atender ao mesmo propósito, caso você esteja sem dinheiro ou parentes por perto.

Sagitário na 6ª Casa: Evite abusar de comida, açúcar ou álcool, pois afetam fortemente o fígado da mulher nesta ocasião. Se você não pode deixar de comparecer ao trabalho, pelo menos evite a pressão de tarefas minuciosas, pois há maior probabilidade de cometer enganos. Em lugar disso, faça uma avaliação do rumo que o trabalho vem tomando, e mais adiante providencie os detalhes. Se estiver irrequieta, faça todos os trâmites externos necessários em vez de se acorrentar à escrivaninha.

Capricórnio na 7ª Casa: É provável que você deseje algum grau de reserva e distancia dos outros neste momento. Enquanto cuida do trabalho, examine seriamente o modo como funciona em seus relacionamentos. Você contribui para o problema tanto quanto os outros. Se está se sentindo como vítima, talvez esteja permitindo sua própria vitimização. Se não gostou do que viu, reflita um pouco sobre como poderá mudar o quadro.

Aquário na 8° Casa: Discutimos o celibato durante a menstruação como detentor de um potencial regenerativo e fomentador de um grau mais

acentuado de consciência, mas naturalmente esta é uma decisão individual. Igualmente, Aquário rege as pausas. Fazer uma pausa da rotina durante essa fase pode ser restaurador, trazendo uma nova perspectiva.

Peixes na 9° Casa: A meditação durante essa fase pode trazer uma nova compreensão do esquema das coisas e do significado de sua vida. Devem ser enfatizadas as respostas intuitivas, mais que o aprendido em livros, porém se você tiver vontade de ler, algo de cunho espiritual pode inspirá-la.

Áries na 10ª Casa: Anteriormente, constatamos que a irritabilidade pré-menstrual se relaciona ao papel que nos é designado como mulheres. De nada serve acumular raiva até chegar no período pré-menstrual, e então explodir, para diminuir a pressão. Se este é o problema (ou, se você transforma a raiva em depressão), trabalhe para ser mais decidida e direta.

Touro na 11ª Casa: Organize um sólido grupo de apoio composto de mulheres, no qual possa se amparar quando estiver estressada por causa do período menstrual. Essas amigas podem ajudá-la a discernir os sentimentos, a fazer intercâmbio de serviços de cuidado dos filhos ou outros, ou até a formar um grupo de meditação ou de rituais. Touro é sua riqueza e investir em amizade dará dividendos quando você estiver mais carente.

Gêmeos na 12ª Casa: Organizar um diário especial para a menstruação, em que faça o registro de seus sentimentos, sonhos e pensamentos, pode torná-la mais consciente das questões que necessita elaborar e das maneiras de manter um melhor equilíbrio. Estabelecer um diálogo com as partes conturbadas de si mesma (como nas técnicas gestálticas ou de programação neurolingüística), pode ajudar a integrar as partes desagregadas que estejam causando dificuldades.

Alternativas para Lidar com Problemas da Menstruação

Como o estrogênio e o hemisfério lunar estão intimamente conectados, as mulheres vulneráveis talvez queiram evitar o estrogênio sintético, seja

em forma de pílula, seja no alimento que consumimos. O sal aumenta a retenção de líquidos, portanto fique de olho no consumo de sal. Nós somos também extremamente sensíveis ao açúcar e ao álcool durante o pré-menstrual. Excessiva complacência no consumo de ambos pode criar uma montanha-russa emocional. Essas precauções ajudam o lado fisiológico da TPM, mas nós também devemos cogitar dos lados emocional e espiritual, por meio de algumas das ferramentas já fornecidas.

Dentre os florais, a Desert Alchemy oferece **Moontime Harmony** como parte de seu kit feminino, embora ele também possa ser encomendado avulso. Kathleen Otley informava, em ***Shooting Star***, meu hoje extinto periódico dedicado a florais, que usava a essência **Onion**, da Pegasus, com muitas colegas de trabalho e amigas que sofriam de TPM. Quando as causas eram emocionais, ou ligadas a famílias desajustadas, e não a problemas estruturais, os resultados eram excelentes. O floral **Fuchsia**, da FES, para sentimentos reprimidos que atuam de forma histérica ou psicossomática, é outro remédio a considerar.

Naturalmente, problemas estruturais — isto é, distúrbios ou falta de alinhamento de útero e vagina — não podem ser curados com florais. Se os problemas do baixo ventre contribuem para a congestão e a dor pélvica, a combinação de métodos quiropráticos e massagem pode criar um fluxo menstrual mais fácil. Uma ervanária local, Zylpha Elliot, sugeriu algumas ervas suaves e atóxicas que promovem a circulação do sangue através dos órgãos internos, especialmente o útero. Muitas delas também servem para depurar o sangue e o fígado. Incluem a angélica, o alecrim, o gengibre, o alcaçuz, o cedro e a raiz de bardana. Igualmente úteis em caso de cólicas são a lavanda, a artemísia e o viburno. A erva chinesa dong quai é muito conhecida no mundo ocidental por seus efeitos sobre vários problemas menstruais, mas se você estiver debilitada deve usá-la com cautela. Consulte seu ervanário local, para sugestões personalizadas.

A acupunturista, Linda Joy Stone, explica que na medicina chinesa o sangue menstrual é considerado uma função *de jing*, palavra traduzida como "essência vital". Produzida pelos rins, essa é uma das substâncias mais refinadas do corpo. (Nos homens, trata-se do líquido seminal ejaculado.) Quando você ainda é uma menina, seu sangue e seu chi — as energias Yin e Yang — não são suficientemente fortes para administrar o fluxo menstrual, mas aos 14 anos você já tem bastante força. As

mulheres têm ciclos de 7 anos — como as fases da Lua progredida — ao passo que os homens têm ciclos de 8 anos. Isso culmina na menarca, por volta dos 14 anos (2 x 7) e na menopausa, em torno dos 49 anos (7 x 7).

Na mulher saudável existe uma superabundância de sangue que transborda a cada 28 dias, a não ser que ela engravide. Também nas menstruações se dá uma liberação de calor e de toxinas, uma purgação natural. No sistema da medicina chinesa, o baço, os rins e o coração são responsáveis pela produção de sangue. O baço também rege o pensamento e é afetado pelas preocupações. Os rins regem a força de vontade e são afetados pelo medo. O coração rege a mente/espírito e é afetado pela alegria e pela tristeza. Portanto, as emoções negativas como preocupação e medo têm um efeito indireto sobre o ciclo menstrual. O sistema acupunturista chamado de Teoria dos Cinco Elementos, concentra-se mais especificamente em equilibrar as emoções e igualmente o corpo.

O chi do fígado é responsável pela movimentação do sangue e da energia através do corpo. (Como vimos anteriormente, a medicina ocidental também reconhece que o estrogênio tem uma forte afinidade com o fígado.) O fígado rege o sistema psicoespiritual e é afetado pela raiva. Qualquer estagnação ou restrição exercida sobre o chi do fígado, freqüentemente em razão de estresse ou problemas emocionais, pode enfraquecer outros sistemas, criando cólicas, ansiedade, dores de cabeça ou depressão. O fígado é considerado responsável pela regularidade, volume e fluxo da menstruação e pela nutrição sangüínea dos tendões e tecidos do corpo. Qualquer coisa que perturbe as funções hepáticas provavelmente perturbará a menstruação. Assim, a acupuntura não só trabalha para reduzir a dor, mas também para restaurar a função hepática.

Menstruação — Inimiga ou Amiga?

Você tinha idéia de que o ciclo menstrual fosse tão interessante ou tão importante para o bem-estar de uma mulher? Muitas dicas para maior conforto durante a menstruação podem ser extraídas desse material. Se nós mulheres trabalharmos consistentemente com nosso hemisfério lunar e satisfizermos nossas necessidades lunares, não estaremos tão precariamente equilibradas a ponto de entrarmos em parafuso por causa dessa

fase. O ciclo menstrual não é só alguma coisa a ignorar ou suportar. Ele é a chave para o equilíbrio do corpo, da mente e do espírito. Se prestarmos atenção a nosso ciclo e nos cuidarmos adequadamente, podemos alcançar um clima emocional muito melhor e mais estável. Também podemos recuperar e exercer nosso poder espiritual como mulheres. Não resta dúvida de que essa é a razão pela qual a medicina chinesa chama a menstruação de águas celestiais.

CAPÍTULO 11

OS PETISCOS E A LUA

O peso é uma preocupação feminina quase universal, e até as mulheres que não são particularmente pesadas de corpo travam uma luta diária com a comida. Se você prestar atenção às conversas a seu redor, ouvirá muitas mulheres comentarem que na noite anterior "comeram como porcas", e que por isso não estão comendo nada hoje. Elas agonizam e sofrem perda de auto-estima por serem "mal comportadas", quando se comprazem em doces ou mesmo em molhos de salada não-dietéticos. Ou, dizem que amanhã entrarão em dieta, pois hoje já estragaram tudo. Muitas contam as calorias de cada bocado, e a culpa lhes rouba qualquer prazer real no alimento. Ao mesmo tempo em que iremos descobrindo por que a compulsão alimentar é fundamentalmente um problema feminino, percorreremos nossas órbitas lunares habituais, abordando o vínculo mãe-filha, o estrogênio, as emoções e a pressão sobre as mulheres para que sejam as protetoras primárias.

A Lua rege a comida e a segurança, e por causa das perdas e desequilíbrios durante os trânsitos por Câncer, muitas pessoas se tornaram extremamente inseguras e orais. A todo momento estamos com alguma coisa na boca — comida, cigarros, café, refrigerantes ou álcool — alguma coisa que nos preenche quando nos sentimos vazios e destituídos. Na busca de percepções para o problema, esboçaremos as relações entre o alimento e outras preocupações lunares, descobrindo quão profundamente eles estão relacionados. Descobriremos que nossos signos lunares podem nos ensinar sobre nossos hábitos alimentares. Veremos o modo como esses trânsitos mudaram nossas dietas e as conseqüências das mudanças. Finalmente, exploraremos como a sociedade nos programa para sentirmos desprezo por nós mesmos e

por outros, cujos corpos estejam aquém do ideal. É apenas justo adverti-la de que este material freqüentemente perturbador tem por intenção desprogramá-la para que possa readquirir seu auto-respeito no tocante a comida e peso.

Alimento e Sentimento

Somos profundamente emocionais em relação à comida, substância que é nossa primeira experiência contínua do mundo exterior. Ao sermos alimentados quando bebês, experimentamos um alívio da tensão. Formamos uma vinculação primária com aquela que nos alimenta — ela se torna nossa mãe. Comer é nosso primeiro ato consciente, nossa primeira percepção vaga de que podemos empreender uma ação para conseguir que nossas necessidades sejam satisfeitas. Ao comermos, levamos para dentro o mundo exterior e decidimos se podemos confiar em outras pessoas. Qualquer abalo na confiança pode levar a problemas com o alimento e a digestão — muitas vítimas de abuso adquirem distúrbios alimentares.

O estômago, que é regido pelo signo de Câncer, é a sede de nossas emoções e necessidades mais básicas, mais primitivas. O público em geral estabelece uma conexão intuitiva entre o estômago e as emoções. Nós falamos de sentimentos viscerais, e quando alguma coisa é repugnante, dizemos que nos revira o estômago. As pessoas transtornadas ou profundamente deprimidas podem ficar incapazes de comer. (Freqüentemente, essa perda de apetite está relacionada à perda de alguém ou alguma coisa da qual elas dependiam.) Sob estresse emocional ou privação lunar, dependendo de nossas naturezas básicas, talvez comamos em excesso ou percamos o apetite. Quando as pessoas sentem que você está transtornada e não sabem o que fazer, tentam oferecer-lhe comida: "Coma alguma coisa. Você logo irá se sentir melhor."

A dificuldade, o que nos leva ao vício, é o fato de muitas vezes NOS sentirmos realmente melhores quando comemos. A razão para tanto é um elemento químico do cérebro chamado *serotonina*, que afeta profundamente o comportamento, as emoções e a consciência. Uma refeição rica em carboidratos e de baixo teor protéico faz subir abruptamente o

nível de serotonina, razão por que nos sentimos sonolentos depois de uma refeição rica em amido ou de uma sobremesa saborosa. Essa propriedade de induzir ao estupor pode ser uma razão pela qual as pessoas ficam viciadas em açúcares e amiláceos. Quando não temos serotonina suficiente, podemos ficar deprimidos ou agressivos, perder o sono e ter prejudicada a capacidade de avaliação. Será que isto não faz lembrar você, semanas após começar sua última dieta séria? Os alimentos dietéticos típicos têm baixo nível de serotonina.

As dietas prolongadas podem resultar em distúrbios de personalidade. Em um estudo, mulheres normais e saudáveis que fizeram dieta durante três meses se tornaram hostis, angustiadas e sofreram de problemas de memória. Em outro, homens normais e saudáveis fizeram dieta durante seis meses. De pessoas divertidas e idealistas, eles se transformaram em neuróticos cínicos. Os estudos envolviam pessoas não-neuróticas e isentas de problemas de personalidade associados a compulsões alimentares, porém elas se tornaram perturbadas por causa da deficiência nutricional.[1] Considerando a vasta quantidade de mulheres perpetuamente em dieta, a subnutrição poderia ter muito a ver com os altos índices de depressão e problemas emocionais da mulher, discutidos no capítulo 4.

Se nos faltassem provas de que fazer dieta produz deficiência de serotonina, só teríamos de examinar o uso cada vez mais comum de Prozac. Ele é considerado por um número assustadoramente alto de médicos (e de público), como a droga miraculosa dos anos 90. Freqüentemente receitado para problemas alimentares, o Prozac funciona fazendo aumentar indiretamente os níveis de serotonina no cérebro. Somos submetidos(a) a uma intensa pressão para cortarmos os carboidratos e sermos esbeltos(a) — então, quando as dietas rigorosas nos deixam deprimidos (a), eles nos receitam Prozac. O mundo solar tem uma solução para tudo — e cada solução tem seu preço. O custo do Prozac? Enquanto escrevo estas linhas, esse custo varia de 70 a 100 dólares por mês. Entretanto, não estou falando realmente do custo no bolso, e sim do achatamento de

[1] Todo o material mencionado antes foi estrado de duas fontes: Gene Bylinsky, *Mood Control (Nova* York: Scribners, 1978), capítulo "Humor e Comida" e, Richard Wurtman, "Brain Muffins", *Psychology Today*, outubro de 1978, p. 140.

emoções que pode levar você a negar, e, portanto, a adiar a elaboração de problemas lunares.

O ideal é uma dieta equilibrada (incluindo quantidades suficientes de cereais que mantenham a serotonina em níveis ideais), — nem tanto que você cochile ou acabe viciado(a), nem tão pouco que acabe irritável e deprimido(a). Se você realisticamente precisa reduzir peso, seu plano de redução deve ser um plano equilibrado, que inclua certa quantidade de cereais. (Suplementos de vitamina B também são importantes, porque uma dieta com pouco cereal pode esgotar esse ingrediente tão vital para o sistema nervoso.)

Como o amido, o açúcar influencia profundamente as emoções e pode se converter num vício. Ele causa uma profusão de efeitos negativos sobre o corpo e a mente, inclusive dependência orgânica e depressão profunda. O açúcar assemelha-se a uma substância relacionada com a Lua. Ele é a matéria mais yin (feminina) que consumimos em geral, e seu cultivo concentra-se nas imediações do Trópico de Câncer. Seu metabolismo se realiza no pâncreas, outro órgão relacionado à Lua. Os efeitos do açúcar sobre o hemisfério lunar não foram documentados. Entretanto, a dependência orgânica de açúcar pode ser uma tentativa de amortecer os transtornos causados àquele lado de nossa natureza. Caso restassem dúvidas de que o açúcar é lunar, aqueles trânsitos por Câncer levaram a um consumo 10 vezes maior da quantidade usada nos Estados Unidos. Depois de ter criado a dependência de açúcar, a indústria alimentícia fez então outra fortuna vendendo recursos para redução de peso e produtos "sem açúcar".

Para digerir açúcar ou amido, o pâncreas secreta insulina, portanto as pessoas que habitualmente consomem excesso de açúcar, amido ou álcool produzem excesso de insulina. Como o açúcar provoca em nós um "pique" de energia instantânea, nós o utilizamos para levantar níveis deprimidos de energia causados por nutrição deficiente, excesso de cafeína, excesso de trabalho e repouso insuficiente. O pâncreas secreta insulina, fazendo cair ainda mais o nível de açúcar no sangue, e nós nos sentimos cada vez mais cansados e tristes. Mais açúcar pode ser ingerido para nos levantar novamente e o círculo vai dando voltas e voltas. Se normalmente abusamos do açúcar, deixamos de lado nutrientes importantes, ganhamos peso e terminamos por criar dependência orgânica.

Produzir cronicamente excesso de insulina pode levar à hipoglicemia, um quadro clínico pré-diabético relacionado a uma quantidade de distúrbios emocionais. O dr. Philpott, de Oklahoma City, testou esquizofrênicos e descobriu que muitos deles são hipoglicêmicos. Quando eram tratados por dieta, sua condição mental melhorava imensamente. O estudo realizado com assassinos mostrou que 90% deles sofriam de baixos níveis sangüíneos de açúcar ou de deficiência vitamínica. Um agente do programa de liberdade condicional testou delinqüentes primários e constatou que 82% sofriam de hipoglicemia. A mudança para uma dieta altamente nutritiva fez melhorar enormemente a atitude e a aparência deles?

O açúcar e os amiláceos são lunares por natureza e, quando abusamos deles, exercem um efeito intenso sobre o hemisfério lunar e as emoções. Esses dois significados lunares — alimento e sentimento — estão relacionados entre si, e há na dependência orgânica de alimentos um aspecto fisiológico; ou seja, nossa sensibilidade ao amido e ao açúcar. (O componente emocional da compulsão alimentar será tratado no próximo capítulo.)

Família, Hábitos Alimentares e Peso

A família na qual fomos criados formou nossas preferências e hábitos alimentares. Os hábitos e sentimentos referentes à comida são, em sua maioria, inconscientes — as áreas lunares freqüentemente o são. Qualquer proposta de mudança dietética enfrenta grande resistência, por causa de associações emocionais, além do sentido de segurança aliado à comida. Alguns terapeutas de família até observam as refeições familiares para diagnosticar os problemas da família. O que acontece durante a refeição é um microcosmo das relações e conflitos dentro da família. Nessa refeição quase ritual, as crianças aprendem os papéis etários e sexuais, aprendem o que se espera dos membros da família, quais as

[2] Esses estudos foram mencionados em Martin Zucker, "Diabetes and Allergy, An Investigation Worth Pursuìng'", *Let's Live*, abril de 1979, p.65 (em alemão, zucker quer dizer "açúcar",) e em Bylinsky, *Mood Control* pp. 52-53

expressões emocionais que estão permitidas e outros valores. Como essa interação altamente carregada ocorre durante a principal refeição do dia, não é surpreendente encontrar o alimento e os sentimentos imbricados a tal ponto.

As refeições festivas são um caso especial. O signo de Câncer se preocupa imensamente com a tradição e os feriados tradicionais são ocasiões em que geralmente comemos demais. Ou nós nos reunimos com a família — ou então sentimos a dor de não termos uma família para visitar. Lembranças desagradáveis e conflitos não-resolvidos referentes a membros da família e ao passado são evocados. As montanhas de comida tão próximas da mão mantêm sufocados os sentimentos. A depressão do feriado é um lugar comum, com aumentos súbitos do número de suicídios, homicídios e mal disfarçados impulsos suicidas sob a forma de acidentes de tráfego. Essas reações dão testemunho da tristeza e da raiva que sentimos em relação às perdas lunares.

A Lua rege o instinto, e comer seria mais saudável se fosse governado pelo instinto, e não por um péssimo treinamento familiar. A maioria dos animais sabe o que lhes convém comer e sabem quando já comeram bastante, se seus donos não lhes tiverem irremediavelmente corrompido as dietas. Um animal doente não come, mas as pessoas doentes são atormentadas para comer, quando o jejum poderia ser o mais indicado. As crianças também nascem dotadas de um saudável instinto alimentar. Em um estudo, ofereceu-se à crianças pequenas a livre escolha de uma seleção de alimentos. A dieta delas talvez estivesse desequilibrada num determinado dia, tomado isoladamente, mas com o correr do tempo equilibrou-se perfeitamente. As famílias ensinam as crianças a suprimirem esses instintos, forçando-as a comer mais do que querem, a comer numa certa hora e não quando têm fome, e a comer alimentos processados e intensamente açucarados.

A pesquisa mostra uma conexão definitiva entre peso e influência familiar. Uma equipe da Universidade de Michigan elaborou um histórico de aproximadamente 3.000 crianças. Quanto mais obesos eram os pais, maior a probabilidade de que os filhos também o fossem, e mais obesos eles eram. Aproximadamente 40% das crianças dessas famílias obesas sofriam de obesidade, onde apenas 15% seriam obesas

por acaso. As filhas eram as mais afetadas, o que faz sentido, do ponto de vista astrológico, em razão da Lua e da ligação mãe-filha. Aos 17 anos, se os dois pais fossem obesos, a probabilidade de as filhas serem obesas era mais de sete vezes maior que a das filhas de pais magros.[3] A obesidade severa é aparentemente um gen recessivo. Isto é, para ser transmitido, ele precisa existir em ambos os lados da família, e, mesmo assim, você tem uma probabilidade em quatro de herdá-lo.[4]

Se você tem problemas de peso, provavelmente estará dizendo, "então isso é conseqüência de meus genes ruins!" Mesmo sem negar que a hereditariedade possa desempenhar um papel, a equipe também estudou crianças adotivas e descobriu que aquelas adotadas por pais obesos tinham a mesma tendência à obesidade que as nascidas na família. Até seus animais de estimação tinham uma elevada taxa de obesidade. A Lua mostra hábitos adquiridos em tenra idade. O que esses estudos indicam é que comer em excesso é um hábito, um mecanismo aprendido por intermédio da exposição dos pais que comem excessivamente. A Lua rege as emoções e grande parte dos casos de ingestão excessiva de comida consiste numa defesa familiar aprendida contra emoções indesejadas.

O Que Diz seu Signo Lunar sobre Você e seu Peso

Seu signo lunar e os aspectos lunares mostram muito sobre o modo como você foi alimentado(a) e, portanto, o modo como você tende a alimentar a si mesmo(a) e aos demais. Vamos dar uma rápida olhada no zodíaco, em busca de algumas dicas. Lembre-se de que os aspectos fortes de sua Lua — a lista que elaborou no capítulo 4 — modificam sua experiência. Além disso, a posição de Câncer pode suplantar seu signo lunar, no que se refere à comida, como também o pode uma Lua altamente enfatizada. Os tipos fortemente lunares têm uma poderosa conexão com a comida e

[3] Stanley M. Garn, Patrícia Cole e Stephen M. Bailey, "The Effect of Parental Fatness Levels on the Fatness of Biological and Adoptive Children", *Ecology of Food and Nutrition*, 1977, pp.91-93.

[4] R. Arlene Price, Roberta. Ness, e Peter Laskarewski, "Common Major Gene Inheritance of Extreme Overweight", *Human Biology*, dezembro de 1990, *v626*, pp. 747-766.

a tendência a usá-la para enfrentar a carência ou o estresse nas áreas lunares da vida. Considere o modo como o mapa reflete as maneiras de sua mãe se relacionar com a comida, e como você, por sua vez, aprendeu a lidar com esta. (Se, por algum motivo não foi sua mãe, mas talvez a vovó, quem alimentou você, essas leituras poderiam se referir à verdadeira cozinheira.)

As crianças de *Lua em Ári*es, podem ter tido mães que ficavam impacientes com as questões de alimentar e cuidar, ansiosas para terminá-las tão rápido quanto possível. O adulto de Lua em Áries pode comer com tanta pressa que nem saboreia a comida, ou então deixar-se dominar pela satisfação, de modo que passa a comer em excesso. As crianças, de *Lua em Touro*, exceto aquelas com aspectos difíceis em sua Lua, podem ter tido uma verdadeira mãezona tradicional, que transformava a comida numa alegria. Muitas dessas adoram comer e têm corpos acolchoados.

As mães — ou irmãs mais velhas — de pessoas com a *Lua em Gêmeos*, eram melhores para ler histórias ou inventar jogos do que para lidar com a comida. Essas pessoas talvez tenham sido criadas considerando as refeições nada mais do que um motivo para a boa conversação. Modas gastronômicas e objetos ligados à gastronomia lhes interessam, mas não a culinária trivial. A maioria dos que têm a *Lua em* Câncer e *outros tipos lunares* estava profundamente envolvida com a comida e com a mãe durante os anos de desenvolvimento, e continua envolvida na fase adulta. Entretanto, há uma tendência para um dos dois extremos de peso.

Muitas pessoas com a *Lua em Leão*, tiveram mães que organizavam grandes jantares com pratos espalhafatosos, mas consideravam as refeições triviais um aborrecimento. Se podiam dar ao luxo de ter uma cozinheira, tudo bem. Caso contrário, era uma luta livre enquanto a mamãe fazia suas iguarias inimitáveis. (Lembre-se de que uma conjunção de Lua e Plutão em Leão se assemelha mais a uma Lua em Escorpião.) Com a *Lua em Virgem, a* mãe se preocupava com a nutrição e com a saúde, talvez porque muitos de seus filhos tivessem intolerância alimentar. Ela costumava ser crítica em relação a empanturrar-se, o que não é nem frugal nem saudável.

Os com *a Lua em Libra* tiveram mães um tanto complacentes com os

doces, mas que se preocupavam demais com a aparência para deixar que o peso se tornasse um problema. Lembre-se de que o símbolo de Libra é a balança. Esse signo lunar pode confabular com a balança toda manhã, talvez se alternando entre empanturrar-se e fazer jejum para manter o peso reduzido. Por um lado, a mãe de uma criança com a *Lua em Escorpião*, pode ter-se ressentido com a obrigação de cozinhar. Por outro lado, ela pode ter tido um certo medo de que a criança ou a família não fossem sobreviver sem seus esforços. Assim, suas mensagens sobre a comida podiam ser muito desnorteantes, e talvez tenha se registrado uma disputa de poder em torno à comida.

Os com *Lua em Sagitário* podem ter tido mães, cuja complacência se devia à genuína alegria de viver, pela convicção de que estavam abençoadamente isentas de risco e de normas. Quando adultos, os de Lua em Sagitário também ignoram os riscos de saúde relacionados ao alimento e ao peso. Dificuldades materiais ou cuidado esparso podem ter sido o destino dos de *Lua em Capricórnio*, e muitos deles são magros por natureza ou para otimizar suas oportunidades de sucesso. Eles têm a tendência a não conseguirem comer quando estão deprimidos ou ansiosos, o que acontece com freqüência.

Os de *Lua em Aquário* podem ter tido refeições intermitentes durante o crescimento, com uma mãe cuja tendência era uma abordagem rápida e fácil à comida. Quando adultos, provavelmente foram os primeiros de seu grupo a comprarem um forno de microondas, e podem ser os reis e as rainhas da refeição na quentinha. Algumas pessoas que têm *a Lua em Peixes* possuem antecedentes de família desajustada, e a comida pode ter sido ou não a droga preferencial das mães. Na idade adulta, comer pode ser um paraíso, quando surgem sentimentos perturbadores ou difíceis de administrar.

Estas são apenas algumas das possíveis expressões, e talvez a cena em torno de sua mesa de refeições fosse diferente da que eu pintei aqui. Talvez as diferenças fossem apenas externas — algumas famílias comem em pratos de papel, enquanto outras usam pratos de porcelana. O que conta é a experiência emocional da comida. Se essas leituras não fazem soar uma campainha, tente aquelas relacionadas aos aspectos difíceis de sua Lua, conforme mencionadas no capítulo 4. Se você, por exemplo, tem a Lua em Libra e aquele prato da balança está muito mais inclinado,

talvez tenha uma conjunção Lua-Netuno naquele signo — isto é, se você nasceu entre 1942 e 1957. Ou, se você tem a Lua em Leão e nasceu entre 1938 e 1958, considere que Plutão estava naquele signo. Se sua mãe não era a mais famosa anfitriã, e sim, ao contrário, uma ermitã, você provavelmente tem uma conjunção Lua-Plutão.

E se os signos ou aspectos de sua Lua mostram uma propensão a comer de forma não muito sensata, mas sim muito farta? Sua formação alimentar não o(a) condena a um problema de peso, nem tampouco sua estrutura genética o faz. Significa simplesmente que você deve adotar uma abordagem consciente em relação a comida e procurar não usá-la como um escape emocional. Há muitas ferramentas neste livro que ajudam você a acalmar a fera lunar, para não precisar amortecê-la com comida. Além disso, o calendário do signo lunar pode ser um amigo. A Lua em trânsito estabelece flutuações nos ciclos alimentares de todas as coisas, desde os organismos mais primitivos até os seres humanos. Acompanhando regularmente o trânsito da Lua ao longo de seu mapa natal, você poderá descobrir em que momento está mais vulnerável a comezainas. Naqueles pontos do ciclo lunar, recorra mais pesadamente a seu sistema de apoio e às ferramentas aprendidas aqui. Além disso, quanto mais trabalhar para equilibrar seu lado lunar, no decorrer do tempo, menos catástrofes alimentares você enfrentará. (O próximo capítulo é dirigido a quem sofre de sérios distúrbios alimentares.)

Mulheres e Peso

> A gordura é uma doença social, e uma questão feminista. A gordura *não* tem a ver com a perda de autocontrole ou de força de vontade. A gordura se relaciona a proteção, cuidado, sexo, força, limites, maternação, substância, asserção e raiva. Ela é uma reação à desigualdade dos sexos.[5]

Nos Estados Unidos, estima-se hoje que cerca da metade das mulheres tem excesso de peso. As mulheres compram 90% dos bilhões de dólares envolvidos em produtos e programas de emagrecimento vendidos a cada

[5] Susie Orbach, *Fat Is Feminist Issue*. (Nova York. Berkeley Books, 1978), p.6.

ano. Todas esses spas, alimentos "leves", receitas de baixa caloria, programas dietéticos e dietas do mês nas revistas femininas não estão sendo necessariamente adotados pelas pessoas obesas, e sim, mais amiúde, pelas mulheres "normais". O preço que as mulheres pagam para serem magras é tão doloroso quanto o preço de ser obeso numa sociedade, que fundamenta nossa aceitabilidade na aparência que exibimos. A luta com a comida é parte da vida das mulheres neste nosso mundo obcecado pelo peso.

Podemos nos admirar das razões pelas quais uma nação como os Estados Unidos, com quatro planetas em Câncer, transforma a magreza em tal fetiche. Em muitos países subdesenvolvidos, a robustez é um sinal de que você é uma pessoa de posses, enquanto as pessoas magras são consideradas pobres e doentes. Foi somente a partir da década de 20 — quando Plutão atravessou os quatro planetas em Câncer dos Estados Unidos — que a magreza virou moda. Agora a moda cria roupas que só vestem bem em modelos emaciadas e transforma em estrelas as modelos anoréxicas. Essas supermodelos representam um ideal de peito chato e sem quadris que, após a puberdade, raramente é encontrado na natureza. Em suma, advertem-nos que permaneçamos como garotinhas, e que não nos transformemos em mulheres. Mesmo que nosso peso esteja em proporção com a estrutura óssea do corpo, somos forçadas a nos sentir desprezivelmente gordas.

Isso fica ainda mais estranho porque, além disso, os homens esperam que tenhamos seios grandes. Em termos do projeto da natureza para o corpo feminino, essas duas coisas não combinam. Na natureza, ou você tem uma estrutura arredondada e bem acolchoada, com seios grandes, como nas pinturas de Rubens, ou tem o tipo físico da bailarina, cujas costelas se podem contar e que é achatada como uma tábua, mas ninguém tem, ao mesmo tempo, costelas de fora e seios grandes. Ninguém assimila a impossibilidade da exigência, mas apenas o fato de que você pessoalmente não satisfaz o ideal. O mundo solar tem a tecnologia para suplantar e conquistar a natureza. Agora, muitas mulheres se matam de fome, para terem uma estrutura de bailarina, talvez com um pouco de lipoaspiração para tratar os depósitos de gordura que não reagem à dieta, e então põem implantes de silicone nos seios.

Para ser honesta, os homens também estão sendo pressionados para

terem boa aparência, seja para atrair as mulheres, seja para alcançar sucesso, principalmente em trabalhos em que é importante o contato com o público. Entretanto, em vez de ligada ao peso (a Lua), a luta dos homens parece mais centrada em ser Marte — mais cheios de pêlos e mais musculosos. Muitos estão fazendo fisiculturismo, malhando muito e até tomando perigosos anabolizantes para aumentar a musculatura. Na fase de jovens adultos, os que necessitam colocam lentes de contato e aparelhos corretivos nos dentes, já que as mulheres não gostam de sair com dentuços. A calvície — um quadro relacionado a hormônios — está definitivamente banida, portanto eles ficam esfregando Minoxidil no couro cabeludo ou se submetendo a transplantes de cabelo, para deter a calvície que progride. Um amigo meu, que é orientador vocacional, informa que está tendo dificuldades para conseguir colocação para homens baixos no mercado de trabalho, e que muitos deles usam plataformas nos sapatos para parecerem mais altos. (As mulheres baixinhas são meramente consideradas como mignons, um atributo positivo — ou pelo menos gracioso.) Mesmo assim, ao contrário das mulheres, os homens podem ser vistos como até mais atraentes quando vão ficando maduros, e homens com excesso de peso não estão necessariamente excluídos da corrida, nos páreos matrimoniais.

A preocupação com a aparência não é tanto uma questão de Lua e Câncer, sendo mais uma questão de Vênus e Libra. Considero que a obsessão crescente com a aparência e a rejeição ao tipo de corpo lunar, no decorrer das últimas décadas, resultou de trânsitos por Libra, que forma quadratura com o signo de Câncer. Netuno em Libra, de 1942-1957, deu início ao processo, enquanto os filmes (Netuno) sustentavam ideais de sofisticação e relações romantizadas. As gerações nascidas naquela época tem lutado poderosamente para satisfazer aqueles ideais, com um sucesso apenas intermitente e muitos fracassos dolorosos. Eles programaram seus filhos, nascidos com Urano (1968-1975), e Plutão (1971-1984), em Libra, para exigirem perfeição física de si mesmos e de seus potenciais parceiros. Urano, entretanto, é o rebelde, e muitos com aquela posição se rebelaram, adotando seu próprio estilo singular — os punks, que usam metade da cabeça raspada e os cabelos da outra metade tingidos de roxo, vêm-me à mente.

De todos eles, as pessoas com Plutão em Libra são provavelmente as

mais obcecadas e mais propensas a adotar medidas drásticas para serem aceitas — uma transformação corporal de vida ou morte, que parece dizer ao diabo com as conseqüências! De certa forma, a anorexia é uma escalada mórbida de nosso fetiche com a magreza. À medida que atinge a adolescência e a fase de jovem adulto, a geração de Plutão em Libra é a que teve a maioria de casos de anorexia entre as moças, e a maioria de casos de dependência orgânica de anabolizantes entre os rapazes. Essa geração exige cirurgia cosmética em idade precoce e vê como direito adquirido um par de tênis Reebok.

Que visão você tem de tudo isso? É de arrepiar, não é mesmo? Minha intenção ao escrever não é desanimar você, mas ao contrário, é chocá-la para que readquira a sanidade. O mundo solar está ensandecido na maneira como lida com a comida e com a aparência — você indubitavelmente irá concordar, à medida que for lendo. Somente ao confrontar as mentiras com as verdades, a programação com a realidade, é que todos poderemos novamente recuperar a saúde mental. Fiquem firmes até o final do capítulo. Se ficarem, prometo que jamais voltarão a olhar para o próprio peso da mesma forma como fazem agora e terão mais compaixão de si mesmas e das pessoas cuja forma está pior — figurativa e também literalmente — do que a sua.

Como as Mulheres Agravam seus Problemas de Peso

Deixando de lado as pressões quanto à aparência, os papéis das mulheres deixam-nas expostas a problemas com comida. As mulheres ainda são majoritariamente as responsáveis pela cozinha. Fazer café para os homens é parte do trabalho de muitas mulheres — uma expectativa que não se limita às garçonetes e secretárias. Embora os homens estejam mais liberados que antes para cozinhar, a contribuição dada por eles no preparo das refeições familiares raramente atinge 50%. Espera-se que as mães tenham sua própria alimentação e cuidado subjugados ao marido e aos filhos. As suas necessidades são ignoradas, ao mesmo tempo em que se espera que devotem enorme energia às necessidades alheias. Se elas se sentirem vazias, podem recorrer à comida para se preencherem. A comida é um modo de muitas de nossas mães demonstrarem amor,

portanto, as mulheres comem quando se sentem desamadas. Quanto mais erodidos estão nossos apoios lunares, em razão das condições sociais que estivemos discutindo, mais outras necessidades lunares são negadas. Quanto mais ignoramos o hemisfério lunar para sermos bem-sucedidas no mundo solar, mais a comida ganha vulto como uma solução rápida, disponível, reconfortante e dentro da lei.

Quando chegam os filhos, ser mãe pode se tornar a principal identidade de uma mulher, e a comida pode ser considerada uma expressão da maternidade. Como as mães demonstram amor ao alimentar os filhos, o hábito de comer em excesso pode ficar entranhado na relação mãe-filha. Susie Orbach, que escreveu o livro, *Fat Is a Feminist Issue* (Gordura é uma Questão Feminista), acredita que a impotência que a mãe sente como pessoa pode levá-la a relutar em abrir mão do poder que tem sobre a filha. Talvez inconscientemente, ela considere a filha uma extensão de si mesma. O controle sobre o peso da filha pode se converter numa disputa de poder materno.[6]

A medida que a menina vai crescendo e aprendendo a se alimentar sozinha, vai se sentindo mais independente, contudo, Orbach declara que ao rejeitar a dependência ela também está rejeitando a mãe e o papel desta. Ao comer demais, a menina está rejeitando o papel da mãe, mas também acusando-a de não alimentá-la suficientemente. Ao mesmo tempo, ela pode estar tentando reter algum senso de identidade com a mãe. O excesso de peso pode ser uma rebelião contra as pressões maternas sobre nós para que sejamos desejavelmente magras. Isto também se dá com a anorexia (magreza excessiva), que é o reverso da moeda. A anorexia também pode ser uma rebelião contra questões regidas pela Lua — como o desenvolvimento dos seios e a menstruação — e contra o enquadramento nos papéis lunares, como tornar-se ela mesma mãe, algum dia.

Orbach considera que a mulher obesa também está se rebelando contra uma sociedade que consegue vê-la somente como objeto sexual, como um pedaço de carne. No círculo do Ascendente Câncer, Aquário, o signo rebelde, está na casa da sexualidade. Engordar é um modo de remover si mesma da prateleira de carne e evitar sua própria sexualidade; no

[6] Susie Orbach, *Fat Is a Feminist Issue*, pp 3ss.

entanto a mulher o faz às custas de tornar-se um estereótipo da mãe-terra. Graças a seu contorno arredondado, as pessoas associam-na com a mãe, e com as habilidades femininas de cuidar e preparar a comida. A postura de "mãe do mundo" é uma postura que esgota — elas alimentam todo mundo e acabam passando muita fome. No entanto, espera-se que as mulheres sejam ou a mãe (Lua), ou o brinquedo vistoso (Vênus). A Lua rege os instintos, e ensina-se às mulheres que ignorem tanto os instintos quanto as reações físicas à comida e à fome, em favor daquilo que a mãe, ou os especialistas, nos dizem. Nós aprendemos a suplantar nossos sinais corporais e a comer quando não estamos com fome, ou a suplantarmos a fome, para nos conservarmos magras.

Muitos estudos mostram que as mulheres de níveis sócio-econômicos mais baixos são mais propensas à obesidade, ao passo que o peso dos homens não está tão associado à sua classe social. Aliás, entre os pobres há mais mulheres que homens. Os salários das mulheres são geralmente mais baixos que os dos homens, e, nos Estados Unidos, cerca de 3/4 das pessoas que subsistem às custas do auxílio social são mulheres e crianças. Os latino-americanos pobres e as mulheres negras americanas têm uma proporção muito elevada de casos graves de obesidade, em comparação com outros grupos.[7] Essas tendências econômicas representam tanto causa quanto efeito, já que hoje em dia ter excesso de peso pode desqualificar alguém para muitas colocações de salário elevado. De fato, as mulheres empregadas que apresentam um excesso de peso da ordem de 20% ou mais ganham cerca de 12% menos que as mulheres de peso ideal, enquanto o peso não altera significativamente os salários masculinos.[8]

Menstruação e Guloseimas

O hormônio lunar estrogênio está inseparavelmente associado à luta das mulheres contra o peso. A área do hipotálamo, no cérebro, não só regula

[7] "Prevalence of Overweight for Hispanics — United States, 1982-1984", *Journal of the American Medical Association*, 2 de fevereiro de 1990, v2635, pp. 631-631

[8] Charles A. Registar e Donald R. Williams, "Wage Effects of Ohesity Among Young Workers." *Social Science Quarterly*, março de 1991, v71:1, pp.130-142.

o estrogênio como também fornece os sinais de fome e saciedade. Como o estrogênio e o hipotálamo estão conectados, qualquer desequilíbrio estrogênico pode aumentar o apetite. A tabela 10 (pág. 287) mostra como o estrogênio e o peso estão naturalmente relacionados nas principais fases do ciclo de vida de uma mulher, desde a menarca até à menopausa, passando pela gravidez. De 15-30% do corpo de uma mulher adulta normal se compõe de gordura, enquanto o corpo de um homem normal é de apenas 10-15% de gordura. Quer engravidemos ou não, essa camada de gordura permanece conosco através dos anos férteis. Muitas de nós passam a vida tentando em vão remover com dieta essa camada natural, enquanto o corpo emite sinais desesperados de fome para recuperar a reserva .[9] Esse Fator tem muito a ver com a síndrome de ioiô que o peso apresenta.

As mulheres que fazem dieta até ficarem magras demais freqüentemente perdem a menstruação e a fertilidade, já que o desequilíbrio estrogênico fica afetado. Não é coincidência que a infertilidade tenha se multiplicado durante as últimas décadas, à medida que a magreza se tornou um fetiche, nem que o estrogênio sintético esteja sendo usado de forma tão rotineira. Dietas excessivas ou contínuas podem desequilibrar muitos dos delicados mecanismos de proteção do corpo. Normalmente, as mulheres na pré-menopausa têm uma vantagem natural sobre os homens, em termos de saúde, pelo fato de apresentarem níveis mais elevados de compostos lipoprotéicos (lipoproteínas), que protegem contra o endurecimento das artérias.[10] As dietas que consistentemente excluem os elementos formadores desses compostos podem contribuir para problemas de saúde em fases posteriores da vida.

A pílula anticoncepcional à base de estrogênio afeta nosso peso e nossa capacidade de digerir açúcar e amidos. Entre as mulheres que usam a pílula durante um ano ou mais, 80% experimentam um dano significativo no metabolismo dos açúcares e 13% serão acometidas de diabetes. Em cada três, uma sofre de depressão. Quando antidepressivos

[9] Duas fontes: 1) *Maternal Nutrition and the Course of Pregnancy*. (Washington, DC: National Academy of Sciences, 1970), p.150; e 2) Dra. Barbara Edelstein, médica bariátrica, Mr. Sinai Hospital, Hartford, CT, em comunicação pessoal.

[10] "Lipoproteins: A Delicate Balance", *Science News*, v.113, 22 de abril de 1978, pp.244-245. Para a anorexia, ver Barbara Seaman e Gideon Seaman, M D., *Women and the Crisis in Sex Hormones* (Nova York Rawson Associates, 1977). *p. 36.*

são acrescentados à pílula, a combinação química pode interferir ainda mais no metabolismo do açúcar e criar um tremendo aumento de peso.[11]

O estrogênio sintético (que a indústria alimentícia e os médicos tão cavalheirescamente despejam em nossos sistemas), só faz agravar o problema de manter estáveis as coisas. O estrogênio é rotineiramente usado para engordar as aves e o gado bovino, aumentando os lucros. Desde a 2ª Guerra Mundial, 85% do rebanho vêm recebendo estrogênio. Como é que a indústria de embalagens sabe aquilo que os ginecologistas não são capazes de admitir — o fato de que excesso de estrogênio pode engordar você! Quando as mulheres ganham peso ao tomarem pílula ou durante a terapia de reposição estrogênica na menopausa, os médicos tendem a atribuir o fato a causas emocionais, como a ansiedade ligada ao sexo!

Graças a interações complexas entre o açúcar e o estrogênio, as mulheres ficam mais sensíveis ao açúcar e álcool durante o pré-menstrual. (O álcool é uma forma concentrada de açúcar — cada dose de álcool equivale a sete colheres de sopa de açúcar). Como o açúcar nos desequilibra emocionalmente, abusar deste ou do álcool no pré-menstrual contribui significativamente para distúrbios emocionais naquela parte do ciclo.

Como você pôde verificar das questões apontadas acima, tanto o estrogênio sintético quanto os nossos esforços para sermos supermagras podem desestabilizar nossa saúde física e emocional. Entretanto, o excesso de peso também cria um excesso de estrogênio, de modo que a mulher obesa fica mais propensa a sofrer de diabetes, câncer de seio e colo uterino e doenças hepáticas. Obviamente, precisamos de um delicado equilíbrio estrogênico para permanecermos saudáveis e com peso normal, portanto, parece uma boa estratégia evitar o estrogênio sintético. Além disso, usar açúcar moderadamente e manter um peso normal, graças a uma dieta saudável e equilibrada, poderá aliviar muitas das dificuldades de manter tranqüilo o curso das coisas. O alto consumo de gordura causa secreção excessiva de estrogênio, assim, a redução de gorduras irá produzir não só uma gradual redução de peso, como também um melhor equilíbrio estrogênico. Talvez em razão da presença do estrogênio no gado de corte, constatou-se que uma dieta vegetariana de quatro a seis semanas também é útil para reduzir o excesso de hormônio. [12]

[11] Seaman, *Women and the Crisis in Sex Hormones*, pp 95-100

[12] Seaman, *Women and the Crisis in Sex Hormones*, pp. 59-136.

TABELA 10. ESTROGÊNIO E PESO NOS CICLOS VITAIS DAS MULHERES

Aqui estão algumas das fases da vida de uma mulher em que alterações no nível de estrogênio podem afetar o apetite e o peso:

NA MENARCA: O estrogênio começa a se acumular em nosso sistema na primeira menstruação. Ocorre um temporário aumento de apetite, já que a menstruação não pode começar enquanto não tivermos atingido um certo peso. Acumulamos então uma cantada extra de gordura, destinada a nos acolchoar e sustentar durante a gravidez.

DURANTE O PERÍODO MENSTRUAL: Os ciclos mensais femininos relacionados com o estrogênio afetam o apetite e as emoções. No pré-menstrual há uma rápida queda do nível de estrogênio, e muitas mulheres sentem uma fome voraz naquela fase do ciclo.

DURANTE A GRAVIDEZ: A gravidez é outra época em que se altera o equilíbrio estrogênico. Muitas gestantes sentem uma fome tremenda, Além de instabilidade emocional, principalmente durante os últimos três meses. Os depósitos de gordura que se formam durante a gravidez são parte de um sistema de armazenamento programado pela natureza para os meses de aleitamento e cuidado infantil que normalmente se seguem.

DEPOIS DO PARTO: Administra-se estrogênio sintético às mulheres que não querem amamentar, para secar o leite no peito. Ocorre um desequilíbrio hormonal natural depois do parto, e o acréscimo de estrogênio, a essa altura complica as coisas ainda mais, principalmente se a mulher começa de imediato a tomar pílula anticoncepcional. Muitas mulheres sobem de peso durante a gravidez e depois de darem à luz, especialmente no caso do primeiro filho.

NA MENOPAUSA: O equilíbrio estrogênico se altera drasticamente durante a menopausa, e as mulheres nessa fase têm uma tendência natural a ganhar peso como parte do aprovisionamento do corpo para si mesmo. Uma camada de gordura é depositada para produzir e armazenar estrogênio, retardando os sintomas da menopausa. Em nossa preconceituosa sociedade, a mulher nessa fase, talvez comece a fazer dietas rigorosas para remover essa nova almofada de proteção com medo de ficar pouco atraente Na TRE (terapia de reposição de estrogênio), o estrogênio sintético altera ainda mais o equilíbrio, afetando o apetite, as emoções e o peso.

Comida e Obesidade na América — Um Câncer em Expansão

O mapa dos Estados Unidos é muito lunar, portanto nós somos emocionalmente apegados à comida — maternidade e torta de maçã são sinônimos de patriotismo. Enquanto os planetas lentos transitavam por nossos planetas em Câncer, as dietas foram mudando tremendamente. A produção em massa, a distribuição e a comunicação de massas remodelaram nossos hábitos alimentares. A tabela 11 mostra as mudanças mais importantes.

Quanto mais afastados estamos da preparação concreta do alimento, menos atenção parecemos prestar a nossos instintos alimentares naturais. A entrada em massa das mulheres no mercado de trabalho, acarretou a necessidade de nos apoiarmos em cadeias de *fast-food*, em misturas instantâneas e congelados. O alimento é processado cientificamente até o valor nutricional praticamente desaparecer, e então a publicidade cria para ele um mercado. Com isso não estamos sugerindo que o lugar da mulher seja na cozinha, já que os homens são capazes de compartilhar essa responsabilidade. Isso é para sugerir que nos preocupemos menos com quem está cuidando do balcão e mais com quem está cuidando do fogão.

Nossos hábitos alimentares são poderosamente influenciados pela publicidade. As gigantescas indústrias de alimentos gastam bilhões de dólares por ano em anúncios. É como se a Madison Avenue [endereço das grandes agências publicitárias], fosse regida pela Lua. Suas iniciais são MA [mãe] e lida com preocupações lunares — isto é, manipula o público, apelando para as emoções e inseguranças. As mulheres são esmagadoramente o alvo do maior volume de publicidade, que lhes molda poderosamente os desejos e imagens de feminilidade. Dizem-nos o que devemos comer (guloseimas de alto teor calórico), e quanto devemos pesar (sejam supermagras). Nós nunca percebemos a contradição, só nos perguntamos o que há de errado conosco quando não conseguimos fazer as duas coisas. Uma outra indicação de que a publicidade é lunar é o fato de que o transito por Câncer está correlacionado com a ascensão da publicidade. Ela só se propagou a partir do começo deste século, porém cresceu rapidamente após essa data.

TABELA 11. MODIFICAÇÕES NA DIETA DOS AMERICANOS A PARTIR DE 1900

- Em 1900, 40% de nossas calorias eram provenientes de frutas frescas, legumes e cereais integrais; agora, essa quota é de apenas 20%.
- O consumo de açúcar subiu de 5kg anuais por pessoa, em 1810, para 58kg em 1975.
- Em 1900, gorduras e açúcar refinado compunham 40% de nossa ingestão de calorias; agora, compõem 60%.
- Por volta de 1900, quando começamos a comer pão branco, a trombose coronariana era praticamente desconhecida; hoje, é uma das principais causas de mortalidade.
- Em 1900, virtualmente não havia ingredientes artificiais em nossos alimentos; hoje há de 3.000 a 5.000.
- Em 1900, não havia cadeias de fast-food; em 1993, as cadeias de lanchonetes que vendem hambúrguer venderam cerca de 35 bilhões de dólares, com as vendas da rede McDonalds aumentando 7% num mesmo ano. *

* Conforme divulgado na edição de 19 de setembro de 1994 de *Brandweek*, publica o da área de publicidade.

Os padrões nutricionais inadequados alcançaram o apogeu durante a década de 70, mas a partir da metade dos anos 80, a consciência da boa saúde e da boa forma física começaram a restabelecer o equilíbrio. (Plutão em Escorpião estava em trígono com todos os planetas em Câncer, e Urano e Netuno em Capricórnio em oposição a eles.) Agora os alimentos produzidos em massa freqüentemente apresentam como pontos de venda a redução de calorias, sódio e gordura. A dieta e a ginástica se tornaram hábitos prioritários, e até obsessões, para muitos. Durante a década de 90, entretanto, muitas de nós se cansaram da luta perpétua e assim a carne vermelha, a manteiga e a gordura estavam retornando à dieta americana. Uma pesquisa mostrou que as pessoas, em 1994,

também estavam significativamente menos preocupadas que estiveram em 1990 com o colesterol, o açúcar, a cafeína, o sal e os aditivos,[13] A venda de alimentos processados, geralmente de alto teor gorduroso e calórico, continuou a subir.

Recursos que poupam trabalho também contribuem para o ganho de peso, O ato de manejar um cortador de grama elétrico ou de apertar o botão do forno de microondas ou do processador de alimentos simples mente não consome as calorias que se costumava gastar para capinar o terreno, cortar a lenha a machado, ou sovar manualmente a massa do pão. Conseqüentemente, os homens agora precisam de 2.800 calorias por dia e as mulheres 1.800, para manter o peso, ao passo que há 20 anos os homens precisavam de 3.500 e as mulheres de 2.400. Mesmo que nossa dieta permanecesse a mesma, ainda ganharíamos peso. Desculpem-me, mas se todas essas máquinas de poupar trabalho significam que agora nós devemos labutar em cima de um aparelho de ginástica diversas horas por dia, que trabalho nós estamos realmente poupando? Só para conferir. Dedicados fanáticos da forma física estão malhando para compensar, por vezes até compulsivamente. O resto de nós fica só se fustigando com a idéia de fazer ginástica, e a autoFlagelação mental não queima muitas calorias.

Desgraçadamente, estamos perdendo a batalha contra o inchaço, e perdendo-a em grande estilo. Apesar de toda a dieta, apesar da comida "light" e apesar de nos associarmos a spas, existe um aumento permanente da percentagem de americanos que são obesos. Em 1970, cerca de 70 milhões estavam 13 quilos acima do peso e a maioria de nós está entre 450 gramas e 6 quilos mais pesados do que em 1960. A tendência em favor de um número crescente de obesos continuava pelos anos 90 afora. O número de americanos acima do peso aumentou em 8% de 1975 a 1991, ano em que mais de 1/3 de nós está acima do peso.[14] Um grande número de pessoas está tentando preencher o vazio com comida, já que outros apoios lunares são difíceis de obter.

[13] Julie Steenhuyseu, "Consumers Overcome Their Food Guilt", *Advertising Age*. 2 de maio de 1994, v64:19, p.58.

[14] Robert J Kuczmarsk, Katherine M. Flegal e outros. "Increasing Prevalence of Overweight Among US Adults, *The Journal of the American Medical Association*, 20 de julho de 1994, v277:3, pp.205-207.

A boa nova é que talvez não tenhamos de ser tão magros quanto supúnhamos. Novas estatísticas mostram que as pessoas de peso 20% mais alto que o padrão governamental vivem por mais tempo que as pessoas que estão abaixo do peso. Conseqüentemente, em 1991 a Metropolitan Life substituiu suas velhas tabelas de peso ideal por tabelas em que figuram os pesos saudáveis, e não os desejáveis. Os pesos saudáveis são mais altos que os pesos ideais dados pelas diretrizes anteriores.[15]

O Ódio aos Gordos — Um Fruto de Nossa Batalha Perdida

Declara Joseph McVoy, diretor do Programa Contra Distúrbios Alimentares de um hospital na Virginia:

> Se a Marilyn Monroe estivesse fazendo hoje um teste de filmagem, provavelmente seria orientada a fazer dieta e a entrar para uma academia de ginástica.[16]

Num país onde a magreza é o Santo Graal, indivíduos com excesso de peso são cidadãos de 2ª classe. Comediantes que não se atreveriam a fazer uma piada racista, não hesitam em ridicularizar as "peruas gordas", enquanto as platéias caem no chão de tanto rir. As criancinhas incluem a palavra gordo em seus vocabulários, usando-a com precisão, e sem nenhum tato. Meros conhecidos fortuitos, que não ousariam desaprovar se você estivesse sonegando o Imposto de Renda ou roubando material do escritório, sentem-se no perfeito direito de lhe passar um sermão sobre o que você está comendo. É como se uma nova versão dos Dez Mandamentos tivesse sido outorgada pelos céus, indubitavelmente gravada em tábuas de poliuretano. Aí se leria: "Não

[15] Charles Marwick. "Desirable Weight Coes Up in New Guidelines", *The Journal of the American Medical Association*, 2 de janeiro de 1991, v265, p. V.; também "Good News for Heavyweights", *USA Today Magazin*e, janeiro de 1992, v120:2560, p.6.

[16] Joseph McVoy, diretor do Programa Contra Distúrbios Alimentares, No St. Alban's Hospital, Radford, VA. *Health*, 10/1994, p. 38.

Roubarás Nem Cometerás Adultério — a não ser que tenhas a certeza de escapar impune — mas Não, em circunstância absolutamente nenhuma, Engordarás."

Se pudessem aprovar leis contra a obesidade pública, como estão fazendo em relação à bebida, pode apostar que o fariam. (O tabagismo outro hábito oral, também está sob assédio, com leis antitabagistas proliferando tão rápido que é quase como na era da Lei Seca.) E quanto a namorar? Mesmo que os obesos encontrassem pessoas que os quisessem, haveria toda aquela desaprovação por parte de seus amigos, para desestimular o(a) pretendente. Além disso, a discriminação profissional baseada em peso e idade é uma realidade inconfessada. Se você é gordo E já chegou aos 50, agarre-se no seu emprego.

Eu sei que o que vou dizer provavelmente soará antimasculino, mas, por favor, tenham um pouco de paciência comigo. Nós vimos que as mulheres sofrem muito mais do que os homens com os problemas de peso. Grande pane da raiva dirigida aos gordos é, portanto, raiva às mulheres — e grande parte da raiva provém dos homens. São os homens que gritam, "PORCA GORDA", quando uma mulher obesa passa por eles na rua. São os homens que abandonam as namoradas ou esposas que ganham peso — é mais provável as mulheres ficarem firmes junto a seus homens, enquanto lhes preparam refeições de baixa caloria para ajudá-los a reduzir o peso. Comediantes do sexo masculino são os que fazem piadas de mau gosto sobre as pessoas gordas. Comediantes do sexo feminino — e poucos homens obesos —, mais provavelmente farão piadas sobre o fato de estarem gordos, e sobre o quanto lutam com a comida.

Por que os homens se comportam assim? Como veremos no capítulo 13, a maioria dos homens desautoriza suas Luas, e atribui às mulheres a responsabilidade por suas necessidades lunares. Quando tais necessidades não são satisfeitas, quando eles sofrem das mesmas carências lunares que nós enfrentamos, voltam sua raiva e frustração contra as mulheres em geral, e contra as mulheres obesas em particular. Essa raiva e desprezo masculinos contra o peso excessivo é uma das maiores razões de as mulheres lutarem tão freneticamente para serem magras.

As mulheres também se envergonham de suas irmãs obesas, fazendo-o

porém com mais sutileza, como: "Você com certeza não PRECISA deste pedaço de bolo." Fora do eixo das grandes cidades, a sensação de vergonha não é sempre tão explícita, e as pessoas mais magras talvez não percebam realmente que o estão fazendo. Elas talvez disfarcem os comentários sob a forma de preocupação com sua saúde, porém em tom condescendente, como se você fosse um pouco retardada. Ou, quando uma pessoa obesa entra no recinto, muitas das conversas mudam de tema para o de dietas.

De onde vem isso, esse neofanatismo, esse ódio à gordura? Bom, vamos dar uma olhada no mundo solar. Você passou todo o expediente matando o leão do dia, e pelo visto a empresa está passando por um enxugamento. A volta para casa foi um pesadelo, e você estava cansada demais até para pegar uma quentinha. A casa estava um desastre, as crianças ameaçando despedaçar umas às outras, e agora você está divorciada, portanto, já não há ninguém em quem lançar a culpa. Os olhos de sua filha adolescente andam estranhos nos últimos tempos, e você não tem coragem de perguntar por quê. Assim, encomenda uma pizza pelo telefone, em vez de tentar cozinhar, e depois, quando desaba na frente da televisão, recebe um chamado daquele sorvete que está no freezer. Você sabe que isso é péssimo, mas amanhã mesmo vai voltar para a dieta e, quem sabe, até tirar as teias de aranha da bicicleta ergométrica.

Na manhã seguinte, sua balança lhe diz poucas e boas, e você, de cerra forma, começa aquela dieta, tomando café sem açúcar e comendo metade de um pomelo no café da manhã. Quando finalmente, vencendo o tráfego, chega ao escritório morta de cansada, você encara aquela colega gorduchinha que está devorando não só um, mas dois folheados gordurosos. Ela não está de dieta DE JEITO NENHUM, e parece que nem mesmo tenta. Portanto, é claro que você a odeia, embora não muito mais do que odeia a si mesma quando, na hora do almoço, torna a quebrara dieta.

E aqui está toda a questão — o ódio à gordura é, na verdade, ódio a si mesma. Os meios de comunicação promovem garotas impossivelmente magras e deslumbrantes de 16 anos, com as quais se espera que nós entremos em competição. Quando não conseguimos fazer mais isso, além

de tudo mais que se espera que façamos, sentimo-nos fracassadas. Conforme assinalado na discussão sobre o signo de Câncer, tendemos a eleger para bodes expiatórios quem ousa ser abertamente lunar, já que todos nós temos sido submetidos a uma dolorosa exclusão de nossas necessidades lunares. Vamos parar de ver os obesos como ELES, e perceber que todos nós estamos nisso juntos. Nossa desesperada luta coletiva contra a o expediente comida, para mantermos uma aparência perfeita, pode deixar-nos ressentidos e carentes, e viramos isto contra as pessoas que estão perdendo a batalha. Se você, pessoalmente, está perdendo a batalha ou se ama alguém que está, leia o capítulo sobre os distúrbios alimentares, que vem em seguida.

O que podemos fazer em relação a esse ódio a nós mesmos, que está por baixo de nosso ódio à gordura? A primeira ferramenta, como sempre, é a conscientização. Precisamos permanecer conscientes das exigências impossíveis e freqüentemente contraditórias da sociedade. Embora seja difícil amar a si mesmo num mundo que exige perfeição, saber que não é você que está fora dos eixos, e sim, o mundo, ajuda um pouco. Vamos tentar ser compassivos em relação a nós mesmos, quando não pudermos sempre satisfazer aquelas exigências, e tentar trabalhar na desprogramação das exigências que não podemos satisfazer. Desprogramar foi exatamente a intenção deste capítulo e de suas inúmeras revelações perturbadoras. Vamos igualmente estar conscientes do estresse e das carências lunares que nos levam a comer como consolação. O segundo conjunto de ferramentas se compõe dos inúmeros meios que este livro ensina para equilibrar seu hemisfério lunar. À medida que for perseverando nelas, a comida decerto irá perdendo todo esse poder.

Finalmente, o terceiro conjunto é um que ainda não discutimos — ferramentas para auto-estima. A auto-estima é uma função solar, não é lunar. O mundo solar também está prejudicando o lado solar de nossa natureza, por estabelecer constantes comparações com os que são mais ricos, mais bem-sucedidos, mais atraentes, mais educados e, simplesmente, MAIS. Há inúmeros *workshops*, além de livros sobre como amar a si mesmo, que você pode consultar. Há meditações e agentes de cura para ajudá-lo a trabalhar o *chakra do plexo solar*, *a* região da aura em torno da cintura, que governa a auto-estima. Existem ainda muitos florais excelentes para ajudar você a ter mais amor a si: **Sunflower**, **Buttercup** e

Self-Heal, da FES; **Alpine Azalea** e **Mountain Wormwood**, da Alaskan Flower Essence Project; e os florais de Bach, **Rock Water**, **Larch** e **Holly**. O floral **Pretty Face**, da FES, é um amparo quando a aparência que você tem difere muito do ideal cultural.

CAPÍTULO 12

DISTÚRBIOS ALIMENTARES — FOME ORAL E AMOR MATERNAL

Embora o dr. Rubin não tenha lugar para a astrologia em seu esquema de coisas, a citação abaixo nos diz que ele acertou no alvo.

> A compulsão alimentar bloqueia a paz de espírito, exatamente como a Lua bloqueia o Sol durante um eclipse; e indubitavelmente nós os comedores compulsivos ansiamos pela paz interior.[1]

Comer em excesso é um problema lunar, e desequilibra nosso equilíbrio emocional. Como nas fases da Lua, o comedor compulsivo atravessa ciclos intermináveis de cheio e vazio — empanturrando-se e jejuando, fartando-se e fazendo dieta, ganhando e perdendo peso. Lua cheia / Lua nova. Certamente que o corpo da pessoa obesa é muito lunar. Câncer rege o estômago e os seios, áreas onde o peso normalmente se concentra. Ambos estão conectados com a alimentação, e sua proeminência proclama para o mundo que o comedor compulsivo sente uma forte necessidade de ser alimentado e protegido. O rosto dessas pessoas tem igualmente uma forma que lembra a Lua cheia, com o peso obliterando os traços individuais e criando entre eles uma certa semelhança familiar. É digno de nota o fato de a maioria das dietas começar na segunda-feira [em inglês, Monday (Moonday)] e raramente durar mais que um mês lunar. Examinaremos aqui os distúrbios alimentares como uma disfunção lunar e encontraremos sugestões de como superá-los pela administração das questões lunares. O prisma, por cujo intermédio examinaremos tanto o problema quanto as soluções propostas, será o sempre útil círculo do Ascendente Câncer.

[1] Theodore Isaac Rubin, *Forever Thin*, (Nova York. Bernard Geis Associates, 1970), p.339.

Os Comedores Compulsivos como Lunáticos

As pessoas geralmente comem em excesso por motivos lunares para se preencherem, quando esgotadas de tanto cuidarem de outras ou quando se sentem inseguras, carentes ou emocionalmente perturbadas. Qualquer um pode ocasionalmente comer em excesso, mas os comedores compulsivos se voltam automaticamente para a comida como resposta primária a todos os tipos de estresse. Eles agem movidos mais pela fome oral que pela verdadeira fome fisiológica, e se consolam oralmente. Em lugar de resolver o problema, esse hábito sobrecarrega o corpo, embota a mente e desequilibra as emoções. Principalmente quando consome açúcar, o comedor compulsivo, durante uma comilança, fica à mercê de emoções descontroladas e de abruptas mudanças de humor. Uma farra gastronômica intensifica os traços lunares negativos e desequilibra o hemisfério lunar.

Nem todos os distúrbios alimentares funcionam assim, mas as comilanças são um fenômeno descrito por muitos. Para ter uma idéia do mal-estar físico, evoque aquela sensação de peru recheado que sentimos depois de uma refeição festiva e intensifique-a. O mal-estar emocional é ainda mais doloroso. Surge uma horrorosa fome que não é biológica — essas pessoas raramente permitem que aflore a verdadeira fome. Em lugar desta, surge uma fome emocional e espiritual, um apelo a que se preencha o vazio e seja obliterada a dor de viver. O comedor compulsivo perde o controle, continuando a rechear-se de comida, mesmo quando esta lhe causa dor ou repugnância. Ele se sente impelido a devorar tudo o que consegue pôr as mãos. É uma destruição devastadora, na qual a comida é, ao mesmo tempo, o inimigo a ser atacado, o amante e o seio que o faminto bebê interior suga com avidez.

Se essa descrição lhe parece um tanto maluca, você está começando a ver o quanto é inútil dizer a essa pessoa que use um pouco de força de vontade (um pouco de Saturno) para perder peso. Um distúrbio alimentar é uma doença como o alcoolismo. Os vitimados por ela exercem tão pouco controle consciente sobre a comida que comem, quanto os alcoólicos, sobre o que bebem, e por muitas das mesmas razões. Periodicamente, eles começam a fazer um regime, exatamente como os alcoólicos periodicamente param de beber, e com igual regularidade fracassam, quando não resolvem os problemas subjacentes causadores da dependência orgânica.

Naturalmente, nem todos os comedores compulsivos se parecem com essa descrição, e até os que parecem não são assim o tempo todo. É improvável que você vá ser empurrado para os trilhos do metrô por alguém que esteja tendo um ataque de Big Mac. Mesmo assim, em sua pior faceta — talvez na Lua cheia, nas dores de TPM, ou depois de uma grande perda lunar, é desse modo que se apresenta a compulsão. Trata-se mais de uma imagem composta do que de um simples flagrante de um comilão isolado.

O público começou a aceitar o alcoolismo como uma doença, mas ainda considera os obesos como fracos indisciplinados e objetos de desprezo. Não existe um Conselho Nacional de Obesidade, nem uma Divisão de Compulsão Alimentar da Cidade de Nova York, e até agora só existem alguns programas de reabilitação ou centros de tratamento para as pessoas gravemente obesas, mas eles existem para o alcoolismo. Parte desse problema é político — a obesidade é principalmente uma doença feminina, enquanto o alcoolismo, até recentemente, era considerado principalmente uma doença masculina. As coisas que não dão certo para as mulheres não são tomadas tão seriamente quanto as que não dão certo para os homens.

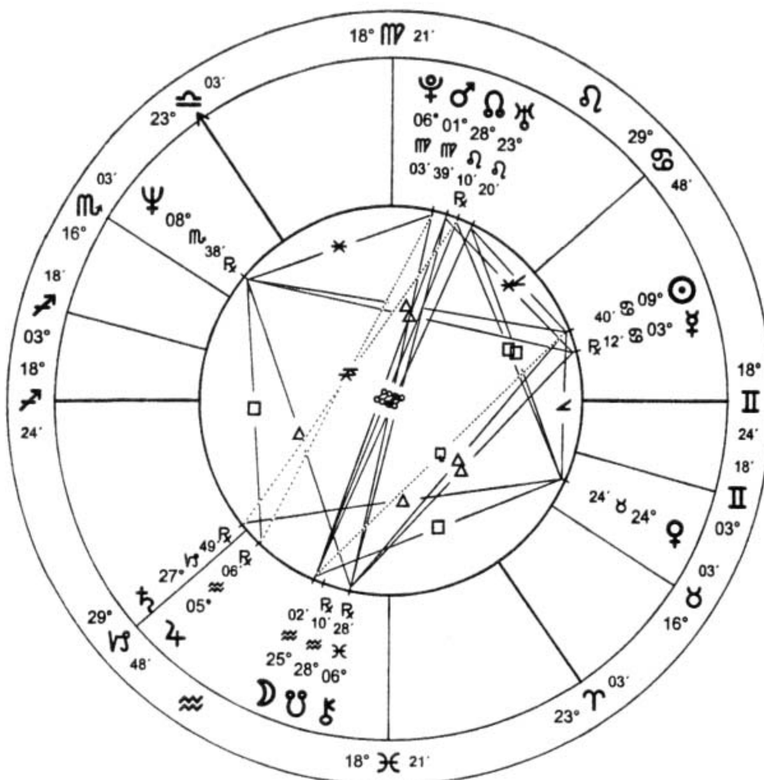
Nem todos os que se empanturram são pesados. As vítimas de bulimia conservam-se aceitavelmente magras pela alternância de comilanças com jejuns, comendo e vomitando, tomando moderadores de apetite ou fazendo ginástica compulsivamente. Um distúrbio alimentar é uma doença séria, não só pelos problemas de saúde que causa, mas também pelos efeitos devastadores sobre os que sofrem dele. Talvez você esteja se perguntando se tem ou não um distúrbio alimentar. Neste caso, faça a si mesma essas perguntas: Você faz uma dieta atrás da outra mas sempre fracassa? Ou, consegue perder peso, mas depois recupera o mesmo tanto e até um pouco mais? Seu peso está limitando ou afetando de outra forma o modo como você vive? Você se empanturra às escondidas? Você come para fugir da raiva, frustração, preocupações, solidão ou outros problemas?

Se você respondeu sim a diversas dessas questões, talvez esteja tendo mais do que um problema de peso, talvez esteja às voltas com um distúrbio alimentar. Para você, comer constitui uma compulsão, tal como beber é para o alcoólatra; e não consegue parar apenas pelo

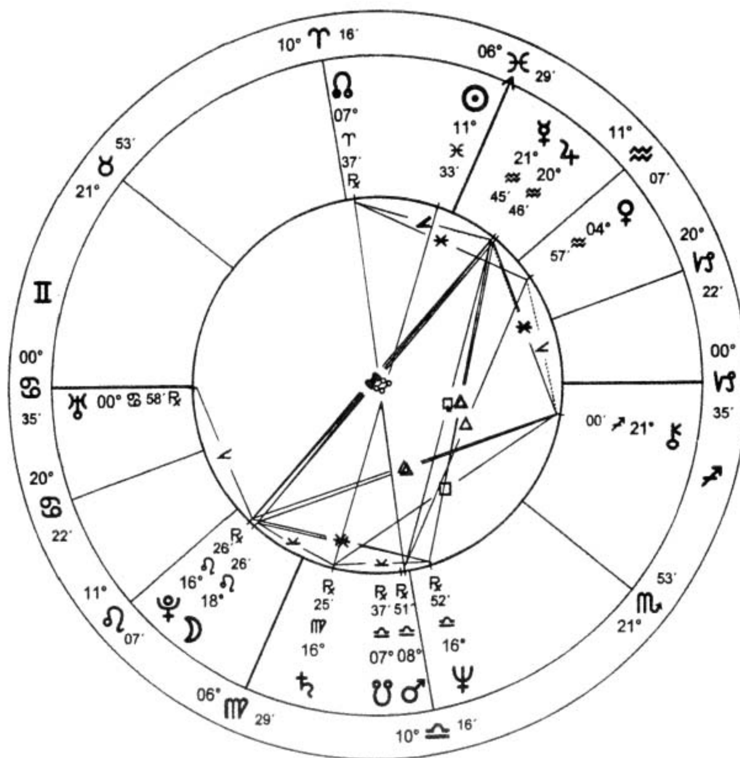
exercício da força de vontade. Caso se tratasse apenas de um problema físico, qualquer dieta dada por um médico ou tirada de alguma revista feminina faria a mágica. Porém, ela não faz, exatamente como a desintoxicação de um alcoólatra não produz a cura. Existe um componente físico — a sensibilidade ao açúcar, amido ou álcool. Entretanto, essas pessoas comem ou bebem principalmente para evitar emoções desagradáveis ou para preencher o vazio interior — isto é, por motivos lunares.

O programa mais bem-sucedido para devolver a sobriedade aos alcoólatras é o Alcoólicos Anônimos (AA.). Da mesma forma, o mais duradouro sucesso com distúrbios alimentares vem sendo obtido pelos Comedores Compulsivos Anônimos, que usa os mesmos princípios, técnicas e ensinamentos que o programa do A.A. Ambos partem do princípio de que seus membros sofrem de uma enfermidade tríplice — física, emocional e espiritual. Os programas abrangem 12 passos para a recuperação. Esses passos contêm muita sabedoria espiritual e ajudam os membros do grupo a discernir as dificuldades emocionais e espirituais e a empreender uma ação para resolvê-las.

Os programas dos Anônimos e especialistas externos concordam que os alcoólatras, os dependentes químicos e os comedores compulsivos graves têm um problema parecido, um traço de caráter denominado personalidade aditiva. Esse conceito pode ser perturbador para a pessoa bem posta que jamais tocaria em álcool, e menos ainda em drogas, pois se pretende tão superior aos demais. ("Talvez eu exagere um pouquinho no chocolate, mas pelo menos não sou nenhuma bêbada."). A droga preferida depende dos padrões aprendidos na família para lidar com problemas, da posterior exposição e experiência e até mesmo da popularidade alta ou baixa de várias drogas. Prova disso é a freqüente mudança de um tipo de dependência para outro. O comedor compulsivo faz dieta alimentar, mas sofre ataques de consumismo; o alcoólatra fica sóbrio, mas aumenta o tabagismo para três maços por dia; o fumante compulsivo larga o cigarro, mas sobe de peso; o músico de jazz viciado deixa a heroína, mas acaba morrendo de alcoolismo. Nenhum dependente químico fica "curado" quando simplesmente muda de compulsão. É necessário mais do que "força de vontade", e a tentativa solitária raramente funciona.



Mapa 7. Princesa Diana, nascida a 1 de julho de 1961, em Sandringham, Inglaterra, às 19:45 horas BST. Entretanto, Lois Rodden informa que Diana foi citada como tendo declarado, em ocasiões distintas, 19:45 e 14:15. Este último dado provém da mãe, segundo Charles Harvey. Reimpressão autorizada, extraído de Astro-Data III, *de Lois Rodden* (*Tempe, AZ: American Federation of Astrologers, 1986*)*. Utilizado aqui o sistema de casas de Placidus.*



Mapa 8. Karen Carpenter, nascida a 2 de março de 1950, em New Haven, CT, às 11:45 horas EST. Informação de uma nota manuscrita dada a E. Steinbrecher pelo escrivão da seção de registros. (*Reimpressão autorizada, extraído de Data News #18, agosto de 1989, de Lois M. Rodden*). *Utilizou-se aqui o sistema de casas de Placidus.*

Bulimia e Anorexia — O Esbelto Comedor Compulsivo

Embora grande pane deste capítulo vise àqueles cuja compulsão alimentar tenha resultados visíveis, também há muitas pessoas que lutam constantemente com a comida e, contudo, permanecem aceitavelmente magras. Os bulímicos lutam de formas não menos dolorosas que os obesos, e com igual e avassalador ódio a si mesmos. Eles podem alternar entre empanturrar-se e passar fome, como bêbados periódicos. A constante frustração e os períodos de fome só levam à escalada do problema. Eles podem, num determinado dia, fazer ginástica durante horas, às vezes se prejudicando fisicamente. Talvez tentem conseguir as duas coisas, por meio de vomitar ou purgar-se com laxantes e enemas. Embora permaneçam relativamente magros, essa condição não é menos séria do que a obesidade grave. A morte por sufocação ou por hemorragia do esôfago é uma possibilidade real, principalmente quando se induz o vômito regularmente. As anoréxicas e bulímicas também perturbam seu equilíbrio hormonal e podem ter a menstruação suspensa.

Com referência à bulimia, a óbvia criança de pôster em a princesa Diana. Diana, naturalmente, era a deusa Lua, e nós tentamos transformar em deusa a princesa de Gales. Adoramos ou deploramos cada movimento que fazia. A imprensa estava constantemente à sua caça, porque qualquer notícia, qualquer foto, era garantia de edição esgotada. Quando seu parceiro era o Príncipe Charles, ela foi submetida a pressões intensas para ser a dama perfeita, esposa e mãe em todas as aparições públicas. As pressões para parecer perfeita também foram intensas. A fotografia faz as pessoas parecerem mais pesadas — e a adulação pública a Diana deveu-se tanto à excelente aparência esbelta e o sentido de moda que ela tinha, quanto às suas virtudes pessoais. (Contraste isso com o contínuo ridículo a que era submetida "Fat Fergie" quando usava apenas manequim 40!) A sogra, Rainha Elizabeth, é uma taurina, enquanto Charles tem a Lua em Touro; não se pode ser mais tradicional do que isso. Mesmo depois da separação, ela não se tornou uma pessoa livre, pois permaneceu a expectativa de que ela continuasse a sustentar os ideais e as responsabilidades da família real.

Trata-se de uma expectativa infeliz, porque, embora Diana seja uma

canceriana, sua Lua está no signo moderno, anticonvencional e libertário de Aquário, com o carismático Urano em Leão, formando uma oposição quase exata. Falamos anteriormente das tensões inerentes entre Aquário e Câncer, entre a Lua e Urano. Diana é um exemplo vivo, e sua bulimia, seus colapsos nervosos e tentativas de suicídio são todos resultado de viver com conflitos intensos como estes. Em novembro de 1994, em resposta à traição pública do Príncipe e de seu amigo, Major James Hewitt, a imprensa noticiou que ela havia começado a tomar Prozac. Também se disse que ela estaria com Susie Orbach, que começou um trabalho pioneiro com seu já clássico livro "Gordura é um assunto feminista".

A oposição Lua/Urano é parte de uma quadratura em T com Vênus, o planeta do amor e da beleza, na Quinta casa. Esta combinação representa seu amor pelas crianças, e também sua ambivalência sobre os papéis femininos. Plutão e Saturno em trânsito a esta quadratura em T de 1992 até 1994 marcaram a ruptura final de seu lar. (Veja o mapa 7 na página 300)

Karen Carpenter, que com seu irmão Richard gravou muitos sucessos no final dos anos 70 e começo dos 80 foi um caso trágico de anorexia. (Ver mapa 8 na página 301) Para ilustrar os conflitos inerentes entre Câncer e Aquário (ou a Lua e Urano), ela possuía Urano a 0° de Câncer, a minutos de seu Ascendente Câncer. Para agravar ainda mais o estresse sobre o hemisfério lunar, sua conjunção próxima e emocionalmente intensa de Lua-Plutão na V casa estava em oposição a uma conjunção altamente mental de Mercúrio-Júpiter em Aquário. As tensões se agravaram muito entre a parte que desejava ser cuidada e a que se rebelava contra os tradicionais papéis femininos e contra as pressões familiares. A anorexia foi uma expressão dessas tensões. Quando ela morreu, no começo de fevereiro de 1983, Urano e Júpiter estavam em conjunção em Sagitário, na casa de trabalho e saúde, em quadratura com Peixes no Meio-Céu. Júpiter expande tudo aquilo em que toca, portanto o exagero de energias uranianas por parte de Júpiter foi fisicamente a gota d'água.

Meu candidato a herói lunar na batalha contra a gordura seria Richard Simmons. Talvez a você ele não pareça um herói quando, em seu vídeo de ginástica, tal qual uma baliza de parada, convida você a malhar. Um herói é alguém dotado de coração, coragem e visão, que comanda e

inspira os participantes de uma batalha a combaterem um inimigo superpoderoso. Se você algum dia assistiu a um dos comoventes programas sobre o trabalho voluntário de Richard Simmons com os morbidamente obesos — pessoas que pesam de 180 a 220 quilos — não duvidaria nem por um momento de seu heroísmo. Ele vai à casa dessas pessoas, que não saem há anos, e pessoalmente as acompanha a um hospital que tenha uma clínica de distúrbios alimentares. Ele lhes telefona freqüentemente para encorajá-las e as visita para ver como vão indo. Nascido a 2 de julho de 1948, segundo o World Almanac, Simmons é um canceriano. O que mais ele poderia ser?

A Matriz da Obesidade — O Círculo do Ascendente Câncer

O psiquiatra Theodore Isaac Rubin fala sobre a matriz da obesidade, a síndrome de traços de personalidade e defesas comum aos comedores compulsivos. (As excelentes obras de Rubin, inclusive, *Forever Thin e The Angry Book*, estão esgotadas em sua maioria, mas vale a pena percorrer depósitos de bibliotecas e livrarias de sebo para encontrá-las.) Em minha observação de centenas de comedores compulsivos, entretanto, estou contente de que a verdadeira matriz da obesidade seja o círculo do Ascendente Câncer. Ele abarca as características descritas por Rubin, pelos Comedores Compulsivos Anônimos e outros especialistas do campo. (A palavra latina *matriz* significa mãe ou útero.) Muitas pessoas com planetas em Câncer têm lutado com problemas de peso ou obsessões alimentares, embora muitos cancerianos também sejam extremamente magros. O extremo, numa direção ou na outra, é típico. Conforme veremos, a personalidade do comedor compulsivo coincide com os traços menos construtivos do signo de Câncer, não importa que signos estejam presentes no horóscopo real.

A astróloga Betty Lundsted fez uma interessante observação sobre os problemas de peso nas mulheres. Ela viu muitos casos em que mocinhas ganharam peso excessivo, depois de subitamente desenvolverem seios grandes antes de outras da mesma idade, e também nos casos em que a menarca chegou cedo. Esse desenvolvimento precoce submeteu-as a brincadeiras de mau gosto e a uma atenção sexual com a qual não

tinham idade suficiente para lidar. Talvez suas mães não fossem capazes de explicar esse estágio do crescimento, ficando constrangidas, confusas ou perturbadas pelo desenvolvimento precoce da criança. A gordura escondeu os seios da menina e isolou-a contra os avanços sexuais. Assim, o peso serviu a propósitos defensivos que elas continuaram a utilizar inconscientemente, muito tempo depois de terem esquecido essa fase. Nós podemos também especular que o desenvolvimento precoce dos seios pode ter sido acompanhado de uma perturbação no equilíbrio estrogênico, uma predisposição adicional para ganhar peso. Conforme vimos no capítulo 10, uma perturbação séria no relacionamento mãe-filha por ocasião da menarca poderia contribuir para a insegurança nesse novo papel lunar.

Como nativas do signo de Câncer, as pessoas com distúrbios alimentares parecem terminalmente dependentes de suas famílias, especialmente da mãe. A anorexia freqüentemente envolve uma destruidora disputa de poder com a mãe em relação à aparência. Muitas portadoras de distúrbios alimentares ainda vivem na casa dos pais ou estão em constante contato, talvez até sejam financeiramente dependentes. Um grande número delas ganhou peso nos limiares lunares, quando mudaram para longe de casa, perderam as mães ou se tornaram mães. Mesmo quando o vínculo é ambivalente, uma tremenda energia está focalizada em amar ou odiar a mãe pelo que ela fez ou não. Num padrão oposto porém relacionado, muitos portadores de distúrbios alimentares audivelmente professam sua independência e total falta de conexão com a família, numa postura contradependente. Almas orgulhosas que são, eles não se amparam nos demais porém, quais viciados, dependem de que a comida os acalme e lhes traga consolação.[2]

Uma situação particularmente carregada se estabelece quando a mãe, ela própria, é obesa. Torna-se extremamente difícil para os filhos cortar a simbiose, já que a mãe de amor sufocante pode desaparecer, levando consigo seu ravióli caseiro. A perda de peso pode causar uma aterradora crise de identidade e um sentimento de perder a mãe ou de abandoná-la. Hábitos e emoções que ela imprime na comida são muito difíceis de neutralizar, porque são inconscientes. Se a comida era amor para a

[2] Um livro esclarecedor é *Fat is a Family* Affair (Minneapolis: Hazeldon, 1986), de Judi Hollis.

mãe, a filha pode se sentir privada de amor, quando faz dieta. Apesar do que a mãe diz para encorajá-la, a bem-sucedida perda de peso obtida por você pode ameaçar a dependência orgânica de sua mãe, portanto ela pode recorrer à sabotagem. Numa situação como essa, trabalhe intensamente no vínculo mãe-filha para aliviar em caráter permanente o peso.

Um ímpeto adicional que se imprime à compulsão alimentar é a postura de "Mãe de Todos", adotada por muitos comedores compulsivos. Eles podem fazê-lo por causa de uma extrema perda de auto-estima, vendo a si mesmos como indignos de amor, a não ser que o estejam ministrando a outras pessoas. Entretanto, um vácuo emocional resulta dessa maternação compulsiva. Não pedir nem aceitar ajuda em retribuição pode aumentar o desejo de abusar da comida. Trabalhe para alcançar interdependência, de forma que dar e receber logrem um equilíbrio melhor.

Muitas mulheres obesas ganharam peso quando tiveram filhos. As mudanças hormonais durante a gravidez, e após, podem contribuir *para* o aumento de peso, mas o principal fator é emocional. Cuidar dos outros é estressante para aqueles que na infância jamais foram cuidados adequadamente. Isso pode criar uma boa dose de raiva inconsciente e a tendência a comer em represália. No capítulo 9, vimos como a vida moderna transforma o ajuste à maternidade num processo difícil, no qual a nova mãe freqüentemente não encontra apoio. Um modo pelo qual as mulheres tentam se preencher quando se sentem esgotadas pelos filhos é comer.

Os cancerianos se prendem ao passado, e naqueles quilos, em excesso, os comedores compulsivos estão se prendendo à raiva armazenada, a ressentimentos, traumas, desgostos, carências e outros sentimentos dolorosos. O dr. Rubin fala sobre a gordura como sendo uma "camada sedimentar de fundo", *fei*ta de sentimentos que se dissolvem à medida que o peso vai sendo perdido. A dieta se torna difícil quando conflitos não-solucionados do passado afloram à superfície, à medida que a pessoa vai baixando na escala de peso. A maioria dos médicos ou programas de dieta presta pouca atenção às emoções. Se você fica intranqüilo(a), o médico talvez receite um comprimido para deixá-lo(a) mais à vontade.

Vamos percorrer o círculo do Ascendente Câncer para ver que

perspectivas podemos adquirir. Mais adiante, faremos uma segunda rodada para encontrar soluções.

Câncer *na 1ª Casa:* A 1ª casa mostra a aparência física, e os corpos das pessoas com excesso de peso são lunares. A 1ª casa também mostra defesa e ferramentas para não carregar o mundo nas costas. O peso acumulado age como uma concha protetora que evita que nos aproximemos demasiado do mundo exterior, e principalmente do sexo oposto. Por mais doloroso e humilhante que seja para a pessoa presa dentro dele, o peso excessivo é insulação contra a plena participação nas exigências do mundo solar. Ele também pode manter a dependência, já que as pessoas freqüentemente esperam menos dos seriamente obesos, para elas estereotipados como imaturos ou até idiotas. Emagrecer pode levar o comedor compulsivo a sentir-se exposto e vulnerável. Os florais Golden **Yarrow** e **Pink Yarrow**, da FES, ajudam a aliviar a sensação de vulnerabilidade, assim como **Poisou Oak** ajuda a livrar-se daquela dura carapaça do caranguejo.

Leão na *2ª Casa:* A 2ª casa mostra o que nós valorizamos. Leão é considerado um signo autocentrado, e os comedores compulsivos podem ser extremamente autocentrados em algumas ocasiões. Muitos desejam que o mundo inteiro gire em torno deles. Assim é difícil dividir a comida ou a ribalta com outros, mesmo que a atenção seja negativa (os florais de Bach, **Heather** e **Chicory**, podem ajudar a resolver essa contenda).

Simultaneamente, a auto-estima é baixa, logo, a solicitação compulsiva de atenção reflete a falta de autoconfiança. Quando os outros não lhes dão a atenção que desejam, eles recorrem à comida. Como os alcoólatras, os comedores compulsivos podem gastar fortunas com a dependência, comprando grandes quantidades de comida ou sorvetes de luxo, ou comendo fora. No entanto, uma desculpa freqüente para não se fazer dieta é o alto custo dos alimentos dietéticos.

Leão na 2ª casa também mostra o imenso valor que os comedores compulsivos dão ao orgulho. Eles sentem que pedir ajuda, admitir vulnerabilidade é algo que os deprecia, daí fazerem qualquer sacrifício para manter sua fachada orgulhosa. O preço do falso orgulho é serem abandonados a seus próprios recursos, o que resulta num grande estresse. No

entanto, o que poderia ferir mais o orgulho do que ser obeso numa sociedade que despreza tal condição? Assim, essa defesa é um círculo vicioso. O falso orgulho pode ser removido pelos florais **Sunflower** ou **Goldenrod**, da FES.

Virgem na 3ª Casa: A 3ª casa mostra comunicação e pensamento. As pessoas compulsivas são virginiano nessa área — infinitamente críticas, principalmente na auto-avaliação. O perfeccionismo faz com que vivam, no sentido literal e figurado, num estado de fervura que elas acalmam comendo em excesso. Com freqüência dedicam-se ao pensamento negativo e a serem duras consigo mesmas. "Isso não vai funcionar. Essa dieta vai fracassar, como tudo mais; então, tentar, para quê?" ou "Eu nunca vou conseguir emagrecer". Pensamentos como esses reforçam a impotência e o ódio a si mesmas, e então elas comem mais para fugir desses sentimentos. Um padrão virginiano especialmente prejudicial é a autodepreciação. Os comedores compulsivos estão constantemente se depreciando e quando os outros acreditam na má propaganda, Virgem reforça a auto-imagem negativa, num círculo vicioso. (O floral de Bach, **Beech**, é excelente para esse padrão intermitente de autocrítica.)

Libra na 4ª Casa: Quem come em excesso investe uma tremenda energia emocional no passado. A 4ª casa representa os vínculos com o lar, o passado, a família e a mãe, ao passo que a casa regida por Libra mostra aquilo que realmente desposamos. Assim, o comedor compulsivo é casado com o passado, e este é um casamento que raramente termina em divórcio, embora o floral de Bach, **Honeysuckle** seja um bom antídoto. A dedicação a longo prazo é com a mãe e o pai, ou com seus representantes introjetados. Assim, para o comedor compulsivo é difícil se libertar e se comprometer numa forma adulta de relacionamento. O casamento assume uma qualidade protetora que ultrapassa o normal. Quem sofre de distúrbio alimentar torna-se um pai/mãe para o parceiro(a), considerado como um dos filhos, ou procura um pai/mãe no parceiro(a), ou ambas as coisas. Quando procuramos segurança total em alguém ou alguma coisa fora de nós mesmos, colocamos uma tensão no relacionamento. A 4ª casa também corresponde à nutrição e proteção, portanto

Libra naquela posição mostra que, para o comedor compulsivo, comida é amor. O signo de Libra é também famoso pela intenção de agradar as pessoas, coisa que os comedores compulsivos fazem de forma Irrefreável. Eles alimentam as pessoas para aplacá-las e obter delas aquele amor desesperadamente necessário.

Escorpião na 5ª Casa: Em sua pior faceta, Escorpião pode ser ressentido, despeitado e isolado. Aplicados às questões de amor, recreação e filhos, próprias da 5ª casa, os comportamentos típicos dos comedores compulsivos são evidentemente escorpiônicos. Cada caso de amor adquire teor de vida ou morte, e a possessividade muitas vezes afasta os amantes. Eles comem para esquecer antigos amantes, para se compensarem dos sentimentos de carência quando não são amados, ou para causar despeito a amantes potenciais que insistem em que percam peso. Escorpião é um signo privativo e o peso isola — e insula — da relação romântica, o comedor compulsivo. O ato de comer, tarefa solitária, torna-se então o prazer maior, o amante e o amado.

O ressentimento é comum entre os comedores compulsivos e freqüentemente os leva a comilanças. No entanto, eles realmente gostam de guardar ressentimento — em segredo, naturalmente. Também são capazes de comer por despeito, principalmente se acreditam que outros estão tentando controlá-los. Derivam então grande prazer em dizer internamente, "Está vendo o que você me fez fazer?" (A vingança é doce, mas para o comedor compulsivo, os doces são a vingança.) No tocante a filhos, podem secretamente se ressentir das exigências da função parental e comer em excesso, para se preencherem novamente quando esgotados. (Florais excelentes para o ressentimento e o despeito são os florais de Bach, **Willow** e **Holly**.)

Sagitário na 6ª Casa: A 6ª casa mostra doença, e Júpiter, regente de Sagitário, é o planeta do crescimento e da expansão. Aproximadamente 50.000 americanos morrem anualmente de causas ligadas à obesidade. Júpiter rege o fígado, e a mortalidade por cirrose hepática em obesos, mesmos os que não bebem, é 249% mais alta que a dos não obesos. Entretanto, Sagitário é o otimista perene, logo, os comedores compulsivos pensam, "Isso não vai acontecer comigo." **Four Leaf Clover**, da

Pegasus, é um excelente remédio para os Jupiterianos que levam sua sorte neste ou em outro caminho. Eles talvez conservem a velha convicção de que robustez é um sinal de saúde e de que a magreza é doentia. Se quando doentes na infância foram forçados pelos pais a comer, os comedores compulsivos podem comer ainda mais quando estão doentes, em vez de comer pouco para dar um repouso ao corpo. Embora seu volume avantajado conscientemente os leve a se sentirem como cidadãos de 2ª classe, a criança interna se lembra de que as pessoas grandes tinham todo o poder. Ser grande é equacionado com ser poderoso. Isso se aplica especialmente se a mãe, o pai ou outros adultos representativos eram obesos.

Capricórnio na 7ª Casa: Comedores compulsivos freqüentemente procuram disciplina do lado de fora. Eles querem que outros lhes controlem a alimentação e proporcionem a segurança e a estrutura de que necessitam para perder peso. Quando a outra pessoa saudavelmente insiste em que assumam a responsabilidade pelo próprio comportamento, os comedores compulsivos se sentem rejeitados com essa "frieza" e comem para se consolar. Eles adoram jogar a responsabilidade pelo peso em outras pessoas e nas limitações destas. ("Meu marido não me compreende." "Meu chefe é muito exigente") Aqueles que projetam a culpa em outros podem ser ajudados pelos florais **Sage** ou **Saguaro**, da FES. Capricórnio na 7ª casa mostra a existência de um muro entre o comedor compulsivo e outras pessoas, um muro que é reforçado pelo peso. Mostra igualmente a tristeza face ao isolamento e a desesperança de alcançar um bom relacionamento.

Aquário na 8ª Casa: Aquário é um signo rebelde. Segundo Susie Orbach, as vítimas de distúrbios alimentares estão freqüentemente em rebelião contra o papel que se aloca às mulheres em nossa cultura. Essas mulheres não querem ser vistas principalmente como objetos sexuais ou como veículos de parir filhos, portanto se apóiam na própria forma física para se colocarem fora do mercado. Elas talvez tenham medo de intimidade e usam o peso para amputar os sentimentos sexuais. Elas são mais aptas a serem vistas como colegas do que como objetos sexuais. Esse posicionamento não é ameaçador, pois as outras mulheres não as vêem como

concorrentes. Para sanar a dissociação do corpo que essa posição porventura possa acarretar, a FES oferece o floral **Manzanita**.

Peixes na *9ª Casa:* Essa casa mostra a filosofia de vida da pessoa, e os obesos se sentem como almas perdidas, aprisionadas na gordura, e para sempre condenadas ao sofrimento. Isto pode ser um retrato bastante exato da verdade, a não ser que eles empreendam uma ação para mudar o padrão. O hábito de comer compulsivamente é irresistível, embora possa ser detido. Trata-se mais de um problema espiritual e emocional, que de um problema fisiológico. Ao contrário dos programas de redução de peso que se concentram sem sucesso nos aspectos físicos, o programa dos Comedores Compulsivos Anônimos visa uma recuperação espiritual e igualmente emocional. A maioria dos fabricantes de essências oferece remédios para apoiar um despertar espiritual — por exemplo, **Lotus**, **Angélica** ou **Star Tulip**, da FES.

Áries na 10ª Casa: Judi Hollis, doutora e especialista em distúrbios alimentares, considera que a raiva é um traço primário de caráter dos comedores compulsivos. Seu livro, *Fat and Furious* (Gordo e furioso), é um excelente guia para a cura pessoal, obra que eu especialmente recomendaria aos comedores compulsivos que acreditam que raramente ficam zangados. (Nova York: Ballantine, 1994).

Áries é regido por Marte, o planeta que simboliza a raiva, e Áries na 10ª casa mostra uma raiva intensa contra os pais e o mundo. Esta raiva, embora disfarçada, pode ser detectada pelo mundo em geral e é parte da razão pela qual as pessoas obesas são alvo da raiva do público. Os comedores compulsivos são extremamente desafiadores em relação às figuras de autoridade, ainda que de forma velada. Eles se empenham numa *guerra* contra os pais ou supervisores, usando a comida como arma. O comedor compulsivo também promove uma batalha contra a sociedade, ao engordar por despeito. Quando alguém faz algum comentário sobre o peso deles, ou em qualquer outra situação que provoque raiva, a reação é, "Eu vou mostrar uma coisa para eles!", seguida de uma corrida para a geladeira. Mesmo que estejam zangados, o desejo a ser aplacado ainda existe (Libra na casa oposta). Portanto, quem come exageradamente tem medo de admitir sua raiva, freqüentemente até para si mesmo. Essas pessoas se

empanturram de comida, convertem-na em depressão ou expressam-na de outras formas distorcidas. Os vários remédios para a raiva discutidos anteriormente podem ser úteis — principalmente o floral **Scarlet Monkeyflower**, da FES.

Touro na 11ª Casa: A 11ª casa mostra nossas amizades e como funcionamos dentro delas. Em razão da perda de auto-estima, as pessoas com excesso de peso talvez sintam a premência de "comprar" os amigos, seja com presentes, diversão ou comida. Ou pode haver uma convicção subjacente de que, no caso de desejarem companhia, deverão pagar por ela fazendo coisas para os outros. Os obesos podem ser possessivos em relação aos amigos. Os florais **Hound's Tongue**, da FES, e **Vine**, de Bach, podem reverter essas tendências.

Gêmeos na 12ª Casa: A 12ª casa mostra emoções escondidas que podem se expressar de formas distorcidas e autodestruidoras. Gêmeos é comunicação, e com este signo na 12ª casa vemos como é difícil para os comedores compulsivos mostrar em seus verdadeiros sentimentos. Eles comunicam indiretamente, através de comportamentos autodestruidores como as comilanças. A obesidade, em si mesma, é uma forma de comunicação, com uma mensagem muito característica da 12ª casa que diz, "Socorro! Sou uma pessoa doente!" A autocomiseração empurra-os a comerem mais, o que aumenta o problema, que por sua vez aumenta a autocomiseração e assim por diante. Em um de seus significados tradicionais, a 12ª casa é prisão, e as pessoas gravemente obesas consideram sua condição como uma sentença de prisão perpétua. O floral **Heather**, de Bach, é um excelente antídoto para a autocomiseração.

Um Caranguejo sem Casca — Você, uma Pessoa Nova e Esbelta

Emagrecer é o sonho de toda pessoa obesa, não importa o quanto ela se afirme satisfeita com a própria condição. Eles fantasiam como seria ser magro — romance e sucesso caindo a seus pés. Leigos bem-intencionados reforçam esses sonhos numa tentativa de encorajamento. "Você tem um rosto tão lindo. Se emagrecesse, ganharia de todo mundo." Muitos

obesos ficam adiando o momento de viverem a vida. "Só vou comprar roupa nova depois que perder 10 quilos." "Não tem nada a ver eu viajar às Bahamas na forma em que estou. Faço a viagem depois que perder peso." "Não consigo encarar minha turma antiga gorda do jeito que estou. Não vou à reunião desta vez, irei à próxima. Até lá, vou estar usando manequim 38 e todo mundo vai cair pra trás." Muitas dessas mulheres instauram uma moratória em suas vidas, pois o ódio que sentem de si mesmas pode ser tão forte que acabam por não se acharem dignas das boas coisas. (**Polyanthus**, da Pacific Essences, é um floral que ajuda as pessoas a se sentirem mais merecedoras.)

Quando elas adiam a vida, as fantasias que tecem sobre a própria magreza finura tornam-se esmagadoras. Acreditam que suas vidas serão transformadas e que todos os problemas serão magicamente resolvidos. Imaginam que namorados virão clamar à sua porta e que num passe de mágica se tornarão perfeitas e absurdamente bem-sucedidas. Muitas sentem timidez em relação ao sexo oposto, pelas numerosas rejeições que sofreram por causa de seus corpos. Elas podem se sentir desconfortáveis em situações sociais e temerem novas exigências, portanto emagrecer se transforma em algo aterrorizante. O medo é inconsciente e o mundo leigo não consegue concebê-lo, porém leva ao fracasso muitas dietas que estão à beira do sucesso.

Pessoas que passaram por grande perda de peso constatam que é um ajuste assustador, uma verdadeira crise de identidade. Elas se sentem como um caranguejo sem carapaça — frágeis, desprotegidas e intimidadas ao constatarem que seus corpos estão descobertos. Muitas temem a atenção sexual que recebem. As pessoas que emagreceram recentemente precisam aprender a viver sem uma armadura — e uma maneira de fazê-lo é aceitar que a vida não foi projetada para ser uma guerra (Áries na 10' casa). Para começar, não eram verdadeiras muitas coisas contra as quais acreditavam necessitar proteção. (O floral **Sagebrush**, da FES, ajuda a livrar-se de questões superadas ou conceitos ilusórios sobre si mesma.)

Para emagrecer e continuar magro, o comedor compulsivo precisa encontrar maneiras de satisfazer necessidades pelo cuidado de si mesmo, pela criação de sistemas de apoio e pelo equilíbrio do hemisfério lunar. Um modo de começar é enfrentando os padrões negativos dos distúrbios

alimentares, conforme vimos no círculo do Ascendente Câncer. Existem também qualidades construtivas em cada signo e em cada casa. Uma segunda viagem em torno do círculo faz-se necessária, para descobrirmos modos de sair da carapaça. Mais uma vez constatamos que a astrologia funciona homeopaticamente, que os problemas contêm as sementes da solução. Como em nossa viagem anterior ao redor do círculo já analisamos os florais que são úteis, mencionaremos agora somente alguns remédios adicionais.

Câncer na 1ª Casa: Dada a fome que você sente de maternação, seria especialmente regenerador aprender a maternalizar a criança interna. Em algum lugar dentro de você existe uma criança magoada que jamais recebeu o amor que necessitava. Em vez de passar a vida buscando alguém para preencher aquele vazio, aprenda você mesma a conscientemente amar e cuidar da criança interna. Descubra o que ela quer, e sirva-lhe. Não lhe dê comida automaticamente quando talvez o que ela deseja é amor, ou repouso ou alguma coisa divertida para fazer em vez de ficar trabalhando tanto. O amor é a carência mais comum por trás do desejo de comer, portanto dê amor à sua criança interna estendendo a mão aos outros em vez de se isolar.

Você não pode abandonar a carapaça protetora sem pelo menos temporariamente se proteger e se abrigar de outras formas. Só porque agora você é magra, não precisa enfrentar neste momento as coisas que lhe angustiam. Dê a si mesma o tempo necessário para sentir-se à vontade na nova pessoa em que está se transformando. Como diretriz, diga não a tudo que lhe desperte a vontade de comer. Em algum tempo já não se angustiará, mas no momento presente, proteja a si mesma.

Leão na 2ª Casa: A 2ª casa é aquilo que valorizamos e em que investimos nossos recursos, e a principal preocupação de Leão é consigo mesmo. Para evitar comer demais, é possível que precise adotar novas maneiras de pensar, que talvez inicialmente pareçam egoístas. Entretanto, se você destruir sua vida comendo em excesso, não terá nada para dar a ninguém. Para emagrecer e continuar assim, aprenda a se amar e a ser boa pessoa para si mesmo, ainda que custe algum dinheiro. Aprenda a se valorizar e orgulhe-se honestamente de suas capacidades, para adquirir

um novo sentido de auto-estima. (Trabalhe no chakra do plexo solar com as ferramentas mencionadas no capítulo 11).

Virgem na 3ª Casa: Virgem, em sua expressão mais positiva, ajuda você a analisar seus pensamentos, emoções e comportamento, para mudá-los. Um dos doze passos dos C.C.A. é, "fazer um minucioso e destemido inventário moral de si mesmo", para descobrir as falhas de caráter e começar a fazer a faxina. Aborde essas falhas, não com autocrítica, mas sim com aquele celebrado senso prático dos virginianos — isso funciona ou não? Você pode ter toda a razão do mundo para seu comportamento, mas isso funciona a seu favor ou contra você? Se não contribui para a felicidade e a autovalorização, mude-o. (Para ajudar a fazer um inventário honesto, mas não autodemolidor, trabalhe com os florais **Henbane** e **Hyssop**, da Pégasus, **Pine**, de Bach e **Black-eyed Susan**, da FES.)

Libra na 4ª Casa: Procure atingir equilíbrio no que se refere ao passado, extraindo o que é bom e abandonando o resto. Seja justo(a) em relação às pessoas que você acredita que lhe prejudicaram — como a situação se apresentava, desde o ponto de vista delas? A que tensões teriam estado sujeitas, para agirem como agiram? Como o comportamento e as atitudes que você adotou contribuíram para a situação — ou seja, você as convidou a tratá-lo(a) como capacho? Examinando as feridas do passado, você poderá chegar à constatação de que contribuiu igualmente para o problema. Para dançar tango, é preciso um par. O sentimento de culpa também pode prender você ao passado. O oitavo e nono passos dos C.C.A. se preocupam em libertá-lo(a) do passado. Isso é feito de forma libriana, por meio de pedidos de desculpas às pessoas que você prejudicou, a não ser que essa atitude vá prejudicá-los ainda mais.

Escorpião na 5ª Casa: O Escorpião aqui sugere que você pode necessitar de tempo a sós para se curar. O isolamento nem sempre é negativo. Você pode derivar prazer na autotransformação, portanto aborde-a de maneira bem-humorada em vez de mortalmente sério(a). A cura virá da assistência à criança interna, do aprender a brincar e a desenvolver sua criatividade como uma liberação emocional. O sexo, que é regido por Escorpião,

também pode ser bem-humorado, e não uma questão de vida ou morte, o que o tornará menos assustador.

Sagitário na 6ª Casa: Aplique a mente superior às funções corporais, aprendendo mais sobre saúde e nutrição. Sagitário é otimista e abandonar a negatividade melhora suas probabilidades. Confiar em que terá sucesso e adotar uma atitude positiva em relação à dieta poderá ajudá-lo(a). Mesmo duvidando que vá conseguir, aja como se o fosse. Afirmativas ajudam a neutralizar seus pensamentos negativos e fracassos do passado. (**Pennyroyal**, da Pegasus, é um floral útil para erradicar pensamentos negativos.)

Capricórnio da 7ª Casa: Embora responsável por si mesmo(a), você precisa de outras pessoas, da estrutura de um programa e de um projeto alimentar para perder peso. Você pode aprender a ser interdependente nos relacionamentos, alternando-se entre dar e receber. Assim, a proximidade não será tão angustiante e você não precisará tanto daquela carapaça protetora.

Aquário na 8ª Casa: Este signo não-conformista pode ajudar você a rejeitar estereótipos culturais relativos aos papéis masculino e feminino. Quando descobrir que tem direito à livre escolha em vez de ser um objeto sexual, você pode livrar-se do peso que acumulou na rebeldia e descobrir seu ser sexual. Aquário rege os grupos e a 8ª casa simboliza a cura. Assim, pertencer a um grupo é uma ajuda importante para curar distúrbios alimentares. Os participantes podem lhe dar apoio emocional naqueles momentos difíceis em que outrora você se empanturrava. Os novos amigos que você fez podem ajudá-lo(a) a ver seus problemas de forma mais distanciada. Quando avaliar como humanos os problemas que lhe afetam, descobrirá que não está sozinho(a).

Peixes na 9ª Casa: O segundo passo dos C.C.A. é "Vir a acreditar que um poder maior que nós pode nos devolver a saúde." Isto é típico de Peixes — tanto o reconhecimento da insanidade de um padrão quanto a rendição mística a alguma coisa maior do que o eu. (O floral **St. John's Wort**, da FES, pode aumentar a fé no divino e o floral **Lotus**, da mesma marca, pode ajudá-lo(a) durante o despertar espiritual.) Se você acha difícil aceitar

qualquer figura divina, o mesmo acontece com muitos membros do C.C.A. Para eles, o poder superior é o grupo em si. De máxima importância é a admissão da impotência diante do distúrbio alimentar e a rendição a uma forma espiritual de lidar com ele. Enquanto você acreditar que pode fazê-lo à sua moda, que sozinho(a) tem capacidade de romper o padrão, ficará preso(a) na adição.

Áries na 10ª Casa: A raiva que causa problemas é a raiva enterrada, mal direcionada ou distorcida. Áries na 10ª casa mostra uma necessidade de trazer à luz essa raiva, para parar de comer excessivamente. A raiva em si não é destrutiva, somente o é a má utilização que você faz dela. Provavelmente, você lucraria em fazer um treinamento de auto-assertividade. Quando for capaz de se pronunciar, em vez de permitir que as pessoas se aproveitem de você, terá menos motivos para ficar zangado(a). (Os florais para lidar com a raiva estão relacionados no capítulo 5.)

Touro na 11ª Casa: Os amigos são um bom investimento, mas só os amigos de verdade, que rendem dividendos em dar e receber igualmente. Se seus companheiros estão recebendo mais do que dão, cultive novas amizades. Entretanto, entenda que uma mudança de elenco não é uma mudança real, se você não aprender modos mais equilibrados de se relacionar. (Para padrões mais saudáveis, recorra à fórmula **Giving and Receiving Support**, ou à minha favorita, **Making and Honoring Boundaries** da Desert Alchemy.) Touro é um signo de terra, e os amigos podem lhe dar lastro, em meio a uma tormenta emocional. A 11ª casa também se refere a grupos, e investir tempo num grupo de apoio pode dar-lhe a segurança necessária para abrir mão dessa carne excessivamente sólida.

Gêmeos na 12ª Casa: Gêmeos é o signo simbólico da comunicação e quanto mais você discutir esses sentimentos dolorosos, mais rápido você se livrará deles. Toda vez que conversa sobre as coisas que lhe perturbam, você as reduz à metade. A doença que lhe afeta tem o tamanho de seus segredos e um Programa Anônimo é um bom lugar onde despejá-los e, ainda assim, conservá-los confidenciais. Se ninguém está disponível para conversar, uma boa saída pode ser escrever seus sentimentos.

Gêmeos também rege o humor, e se conseguir aprender a rir de si mesmo(a), em vez de levar tudo tão a sério, não precisará recorrer a comer demais.



Os distúrbios alimentares são resistentes, não há como negar. Se você tem esse problema, para mudá-lo vai precisar de mais coisas além do presente livro e um frasco de florais. Nenhuma essência floral nem remédio homeopático consegue curar sem ajuda, problema tão complexo. Eles podem apoiá-lo(a), enquanto você elabora as várias camadas de emoção que afloram quando pára de comer compulsivamente, mas também vai precisar da ajuda de profissionais da área de saúde, orientadores e grupos de apoio. Se um floral conseguisse realmente resolver os distúrbios alimentares, custaria 5.000 dólares o frasco; a FDA iria arrancá-lo das prateleiras em 10 minutos e você teria de ir de avião à Europa para consegui-lo. (Muitos iriam, sem dúvida — fretariam aviões para isso.)

Eu quero mencionar o floral de Bach, **Sweet Chestnut**, para aquela escura noite da alma, quando você estacionou, e também o floral **Wild Rose**, para quando você tiver desistido e mergulhado na apatia. Os florais **Sugar Beet** e **Sugar Cane**, da Pégasus, ajudam a restaurar o equilíbrio físico e emocional, se o longo tempo de abuso de açúcar e carboidratos tiver criado uma hipoglicemia funcional. (Se você se levanta regularmente no meio da noite para comer, esta pode ser a razão.) Saiba que alguns dos florais da Pégasus são misturados antecipadamente em dosagens pré-estabelecidas, e não na concentração padronizada. Leia as instruções no rótulo.

Para o viciado em comida é quase tão impossível, por esforço próprio, emagrecer e ficar magro quanto é para o alcoólatra voltar por conta própria à sobriedade. A associação dos Comedores Compulsivos Anônimos oferece ferramentas emocionais e espirituais para recuperação de distúrbios alimentares. Ela também oferece o apoio de um grupo para ajudá-los nos tempos difíceis, quando você normalmente teria vontade de comer.[3]

[3] Para informações sobre a próximareunião, confira informação telefônica da área onde reside, o escreva para Overeaters Anonymous, 4025 Spencer Street, Suite 203, Torrance, CA 90503, ou ligue para 213-542-8363.

Para livrar-se dessa doença, você vai precisar de cada gota daquela famosa tenacidade canceriana. Como a compulsão alimentar é um problema lunar, muitas das ferramentas descritas neste livro são apoios adicionais. Você também precisará criar uma carapaça resistente como a de um caranguejo para evitar machucar-se em todos os altos e baixos que a vida tem a oferecer. Mesmo assim, não comer compulsivamente e ser capaz de confiar em si mesmo(a) é a maior segurança que existe. Você pode alcançar isso, com a ajuda de outros e do amor por si mesmo(a).

Conversas com a Lua —A Técnica do Astrodrama

Se a perda de contato com a Lua leva a comer compulsivamente, então a retomada do contato com ela pode ser uma parte da solução. O astrodrama é uma técnica interessante para dialogar com sua Lua. Um grupo de estudantes de astrologia ou de astrólogos pode fazer a interpretação cênica de um mapa, com cada participante interpretando o papel de um planeta, para se poder ver a dinâmica do problema. A dramatização é improvisada, e cada ator dirá coisas que reflitam os traços do planeta retratado. Podem participar desde duplas, lidando com um aspecto isolado, até um pequeno grupo que se concentre nos planetas mais importantes em questão. Por exemplo, ao dramatizar um problema lunar, como o hábito de comer compulsivamente, os aspectos mais fortes da Lua podem ser isolados.

O astrodrama foi usado por um reduzido grupo de astrólogas em luta com a comida. Uma delas me autorizou a partilhar seu astrodrama com outras pessoas, logo você poderá ter uma idéia de como funciona. Ela não é seriamente obesa, mas freqüentemente se vê torturada pela comida. Ela come demais e depois faz dieta exaustivamente para continuar razoavelmente magra, um padrão comum a muitas pessoas com distúrbios alimentares.

Se você é um leitor leigo, o "elenco" abaixo irá explicar o papel desempenhado por cada planeta. O estudante de astrologia, entretanto, talvez se interesse em saber alguns detalhes a mais sobre o horóscopo deste astrodrama. Por ser confidencial, o mapa não será reproduzido. Os aspectos referentes ao problema alimentar dela eram:

1. Conjunção Lua-Netuno, em Libra na 9ª casa.
2. Vênus em Capricórnio na 1ª casa, em quadratura com a conjunção Lua-Netuno.
3. Plutão em Leão na 7ª casa, em senil com a conjunção Lua-Netuno.
4. Saturno em Virgem na 8ª casa, em semi-senil com a conjunção Lua-Netuno e com Plutão.

Elenco: Havia cinco participantes no astrodrama. Uma pessoa interpretava a Lua, outra, Netuno, e assim por diante. Eis as qualidades de cada planeta:

Lua: Dependência, segurança, emoções, comida e alimentação, o desejo de ter um lar, família e raízes. Com a Lua em Libra, ela busca segurança por intermédio de um parceiro. Na 9ª casa, graças a freqüentes mudanças de residência durante a infância, havia um aumento de insegurança, que a pessoa racionaliza intelectualmente.

Netuno: Um desejo de fugir às emoções e realidades ásperas, ao sofrimento, à confusão, à ilusão e ao auto-engano; um foco espiritual, um desejo de se unir com tudo o que existe. Em Libra, existe um anseio de dissolver o eu em algum tipo de relação ideal. Na 9ª casa, este anseio é deslocado para preocupações filosóficas.

Saturno: Autoridade, realização e conhecimento; disciplina, severidade e espírito espartano. Em Virgem, Saturno é ainda mais respeitável e estrito, concentrando-se em preocupações de trabalho e saúde. Na 8ª casa, registra-se uma forte tendência a inibições sexuais.

Vênus: Beleza, atração e desejo de amor. Em Capricórnio, Vênus é reservada e perfeccionista quanto as aparências, convicta de que só realizações lhe granjearão amor. Na 1ª casa, a preocupação com a aparência se acentua. Há um forte desejo de chamar a atenção — que pode ser alcançada por intermédio da beleza.

Plutão: Controle, sede de poder, manipulação, culpa. Em Leão, Plutão é um tanto narcísico e carente de atenção, embora essa colocação do signo se aplique a uma geração inteira, agora chamada de "a geração do eu".

Na 7ª casa, pode haver o medo de proximidade e uma tendência a deixar o parceiro ser o poderoso, com a negação do próprio poder.

Observe que as afirmativas feitas por cada personagem são uma síntese do signo, do planeta e da casa — ou seja, Vênus fala como Vênus em Capricórnio na 1ª casa, portanto, o personagem não consta só de Vênus isolada.

A cortina vai subindo:

LUA: Ah, eu estou tão carente! Tão insegura... Queria que alguém cuidasse de mim.
NETUNO: Por que você não pega um cinema? Vai logo esquecer seus problemas.

LUA: Ah, então eu vou querer pipoca.

NETUNO: Tudo bem, pode comer pipoca. Coma uns docinhos também. Você nunca teve isso na infância.

VÊNUS: Veja lá se vai fazer isso direito. Só a melhor pipoca com manteiga, e só um pouquinho, para não engordar.

LUA: Não acho que ir ao cinema ou comer pipoca vá ajudar. Eu estou carente!

SATURNO: Você não está carente. Isto é uma coisa feia, pecaminosa. Você tem de aprender a se disciplinar.

PLUTÃO: Ah, mas seu parceiro vai discipliná-la. Você está fazendo tudo isso por ele.

NETUNO: Sim, eu vou esquecer todas as minhas carências e sofrer pelo relacionamento. Isso vai fazer a coisa funcionar.

LUA: Eu ainda estou carente, mas já sei o que vou fazer. Vou comer um saco enorme de pipocas no cinema e depois não vou jantar.

SATURNO: Você não pode fazer isso! É terrível para sua saúde!
PLUTÃO: Além disso, você tem de jantar com seu parceiro.

VÊNUS: De qualquer jeito, o que conta é você estar com um bom visual. Use um vestido bem passado.

NETUNO: Isso tudo é demais para mim. Eu me identifico com todos vocês e não sei a quem vou prestar atenção. Vou comer um monte de pipocas e, depois, jantar com meu parceiro, mas usando um vestido bem passado e vou fazer para ele uma comida natural. Assim, deixo todo mundo feliz e tudo fica em paz.

LUA: Você não está me deixando feliz. Eu simplesmente não me sinto segura. Nós andamos mudando tanto de casa — dois meses aqui, dois meses ali —, que eu nem me sinto como quem tem casa ou raiz.

PLUTÃO: Você só não encontrou ainda o homem certo. Quando encontrar, vai assentar o juízo, ter uma casa e se sentir muito bem.

LUA: Eu estou carente é agora. Ninguém cuida de mim como uma mãe.

NETUNO: Já sei, vou fazer yoga hoje outra vez. Depois, vou me acabar de chorar.

LUA: Mas não é só questão de chorar. Eu estou com raiva!

VÊNUS: Você não devia ficar mostrando todas essas emoções desagradáveis. Não fica nada bem para uma mulher.

NETUNO: Em vez disso, vou escrever uns poemas agressivos.

VÊNUS: Mas não mostre a ninguém.

SATURNO: Ou então, trate de conseguir que alguém os publique.

LUA: Eu não me sinto nem um pouco consolada com tudo isso. Estou ficando com fome de novo.

NETUNO: Seja como for, você não é real. Na yoga, estamos tentando transcender você, portanto, desapareça.

LUA: O que tem na geladeira? Eu preciso de alguma coisa imediata e direta. O que eu realmente preciso é de amor.

VÊNUS: Você é carente demais de amor. Isso não fica bem.

NETUNO: DEUS é o único amor que existe.

SATURNO: Se você tiver sucesso, vai conseguir amor.

LUA: Passas ao rum! Mel com cereja ao marasquino!

VÊNUS: Uhnm, isso é bom... sem conservante químico.

PLUTÃO: Mas seu parceiro gosta mais de chocolate. Sirva sorvete de chocolate para agradá-lo.

NETUNO: Sirva sorvete de chocolate e passas ao rum. Você vai se sentir melhor.

LUA: Para ser totalmente franca, eu não fico satisfeita. Nem mesmo tomando uma lata de sorvete.

SATURNO: Você nunca fica satisfeita. Quer coisas demais.

NETUNO: Não há jeito de se encontrar satisfação no plano terreno, logo, vá para um lugar onde isso não tenha importância.

LUA: Burp!

Como você pode ver, a técnica do astrodrama pode ser divertida. Também é poderosa e catártica, já que diferentes panes de você vão surgindo e falando sobre os conflitos que você traz dentro de si. É mais fácil ouvi-los dessa forma, já que com tanta freqüência eles são silenciados pelo excesso de comida ou por outras defesas. O astrodrama pode ser usado para explorar muitas questões lunares, tais como o que fazer em relação aos sentimentos, como lidar com a mãe interna ou como resolver necessidades insatisfeitas ligadas à dependência.

CAPÍTULO 13

HOMENS, MACHISMO E A LUA

Um *best-seller* de 1994, editado pelo *New York Times*, afirmava que os homens são de Marte e as mulheres de Vênus. O autor, Dr. John Gray, jamais mencionou a astrologia, no entanto, suas descrições estão tão próximas dos tradicionais ensinamentos astrológicos que, de três possibilidades, uma deve ser verdadeira. Primeira, ele pode ser um observador brilhante e inspirado da humanidade, que chegou intuitiva e independentemente às mesmas conclusões a que chegaram os astrólogos há muitos séculos. Talvez ele tenha reinventado a roda. Isso acontece muito de vez em quando. Segunda, ele pode ser mais um daqueles " especialistas" que canibalizam a astrologia e não nos dão o crédito. Ou, terceira, talvez ele seja simplesmente um escritor maleável, cujo agente ou editor argumentou `você tem em suas mãos um *best seller* em potencial. Se falar em astrologia, ninguém vai levá-lo a sério. E então, quer se arriscar assim mesmo?"

A propósito, a maior parte do presente capítulo apareceu há 15 anos, na edição anterior deste livro, época em que o dr. Gray provavelmente ainda estava se esforçando para fazer um doutoramento, por conseguinte, não peguei nada emprestado com ele. Recomendo o seu livro por seus métodos sadios e amenos de ajudar homens e mulheres a se entenderem. Entretanto, *Gray* esquece de mencionar que a maioria dos venusianos acabam reposicionados quanto à Lua, depois de se casarem.

Na astrologia tradicional, diz-se que Marte rege os homens, e diante da programação que recebemos, esse ensinamento está correto. Como é que os homens lidam com a Lua? Eles geralmente o fazem de uma maneira marciana, e, conforme veremos, pagam um alto preço por ignorarem suas funções lunares. Iremos examinar os signos lunares dos

homens e o círculo do Ascendente Câncer para obter mais informações intuitivas e encontrar maneiras de sanar a divisão que ocorre entre Marte e a Lua.

> Inscrição impressa na caneca de café de uma secretária: "Se conseguimos mandar um homem para a Lua, por que não mandar todos eles?"

Marte e a Mística Masculina

Na maioria das áreas de suas vidas, os homens só se sentem HOMENS DE VERDADE quando agem segundo as características de Marte. Não é verdade que os homens SEJAM Marte, mas sim que AGEM como se fossem Marte porque nossa cultura acredita que é assim que um homem deve ser, Marte era o deus da guerra, e no horóscopo Marte se relaciona com nossos instintos belicosos e agressivos. Tanto a medicina quanto a cultura popular escolheram o símbolo de Marte ♂ para representar o homem.

Marte é machismo, virilidade, força e poder. É ser frio, independente, o líder destemido, defendendo o território contra qualquer invasão. Quer se trate de sua mulher, de seu emprego ou de sua posição de supremacia, espera-se que você esteja pronto a lutar por eles. É bancar o machão, assistindo o jogo todo domingo. A versão masculina dos Dez Mandamentos foi outorgada pelo grande deus Marte. Não chore, não mostre fraqueza e não peça carinho. Seja de aço, e não de carne e osso, e aceite a punição sem trepidar. Nem todos eles conseguem encarnar o estereótipo, nem sequer pretendem fazê-lo. Entretanto, eles talvez julguem a si mesmos e sejam julgados pelos demais na medida de sua capacidade de viverem o estereótipo.

Marte também simboliza o sexo, e os homens arrastam consigo mitos extremamente poderosos e sofridos sobre sua sexualidade. Espera-se que estejam de prontidão todo o tempo, que sejam agressivos e conquistadores. Como resultado, muitos deles sentem uma terrível angústia em relação ao próprio desempenho e potência. Eles também têm uma fixação em tamanho. Quer se trate de seus pênis, dos seios das mulheres, de seus

carros ou contracheques, quanto maiores essas coisas, mais poderosos eles se sentem.

Os homens ficam muito envolvidos com uma outra questão marciana — a competição. Ensinaram-lhes que só se vale alguma coisa quando se é um vencedor, e quem não estiver vencendo é um perdedor. Eles aprendem que qualquer traço de vulnerabilidade, qualquer sinal de falta de competência é um fracasso. Imaginem o agressivo homem tipo-A que tenha sofrido um enfarte. Se for obrigado a reduzir suas atividades, sente-se como fracassando e entra em depressão. Muitos homens sentem um tremendo ódio de si mesmos quando não estão ganhando a partida. Até mesmo na infância, suas relações com os outros têm em geral um lado competitivo.

Por causa das pesadas punições sociais, torna-se difícil para os homens o rompimento com esses estereótipos. Eles estão sujeitos a sofrer conseqüências que vão desde o ridículo (ser chamado de frouxo ou de maricas), às perdas sociais e econômicas (não recebem recomendações, não aumentam seus contatos profissionais), e até à pura brutalidade. Embora de forma mais sutil, as mulheres também são culpadas de pressionarem os homens a viverem de acordo com os ideais de Marte. Em seguida, nós os recriminamos por serem insensíveis, quando eles *são* Marte. De muitas formas, os homossexuais masculinos são mais livres para expressar a energia lunar, pagando entretanto o preço do ostracismo. Em sua maioria, os homens têm pavor de serem considerados minimamente femininos, e existem razões legítimas para esse medo. Alguns padrões estão mudando lentamente, mas a não ser que a sociedade evolua, aqueles que tentam quebrar o molde antigo irão precisar de muito apoio.

Infelizmente, só podemos ser íntegros e saudáveis se formos livres para expressar os traços simbolizados por todos os planetas. Os homens têm uma séria dificuldade de expressar todos os chamados planetas femininos — a Lua, Vênus, Netuno e Plutão — em razão do modelo marciano. Eles negam esses traços e projetam-nos nas mulheres. "Eu não sou assim. Eu não preciso de ninguém. Eu fico frio. As mulheres é que são assim." Qualquer coisa que se recalque retornará em formas retorcidas, e os homens pagam um alto preço por seus papéis, exatamente como as

mulheres o fazem. Se atuam seu chamado lado feminino, sofrem perdas sociais e econômicas. Se não o fazem, sofrem danos físicos e emocionais. Apanham porque têm cão, e apanham porque não têm.

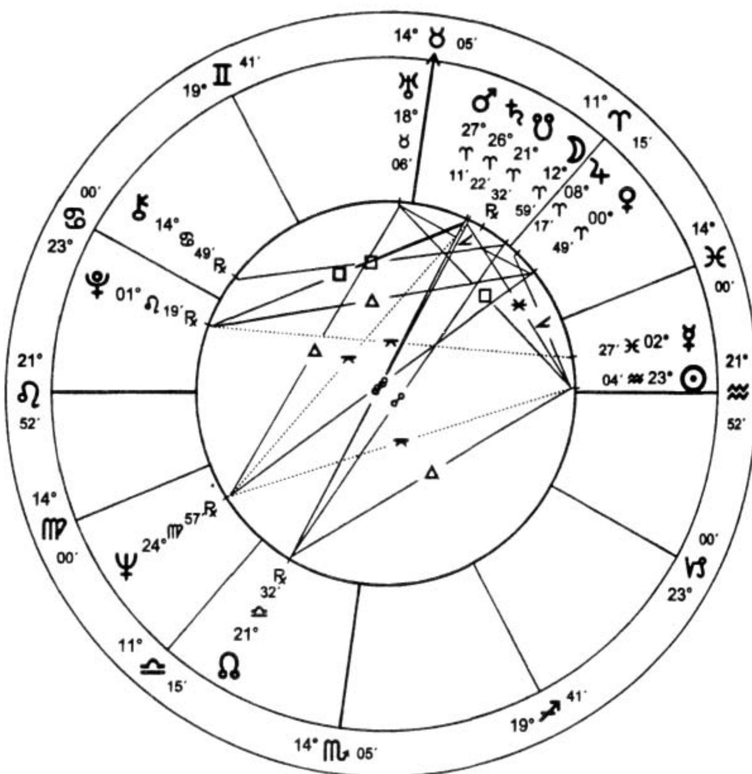
Uma das conseqüências é que os homens que não conseguem lidar de forma mais saudável com suas emoções e necessidades, ficam propensos a violência. De todas as pessoas detidas por crimes graves nos Estados Unidos em 1992, 80% eram homens. Eles representavam 90% dos assassinatos, 91% dos roubos, 86% das suspeitas de homicídio, 86% das detenções por porte de drogas e 85% de agressão física. Os homens cometem suicídio 4 vezes mais que as mulheres.[1] Essa quantidade estonteante de lesões corporais está ligada ao dano causado ao hemisfério lunar masculino pela exigência de sua repressão.

Este sério conjunto de estatísticas acentua acima de qualquer outra coisa o quanto nos prejudica a todos o fato de os homens serem impedidos de lidar sadiamente com suas emoções. Quando aquele hemisfério é ignorado e a raiva se converte na única válvula de escape para uma série de emoções, a pressão vai se acumulando. O estresse adicional de uma Lua nova ou cheia pode lançar por terra um equilíbrio já bastante precário e deflagrar uma explosão violenta. No nível de massa, esse resultado é uma alta nos índices de agressões, estupros e homicídios nessas fases da Lua. Naturalmente, a maioria dos homens lida com esse estresse suficientemente bem para não recorrer à violência, exatamente como a maioria de nós mulheres não perde a cabeça na Lua cheia. Entretanto, à medida que os apoios lunares vão sendo erodidos para todos nós, os índices de criminalidade continuam em ascensão.

Homens Vindos de Marte — Ou de Kripton

Vamos examinar os mapas de alguns homens famosos para ver como a estrutura astrológica dos mesmos reflete essa dinâmica. Os mapas de muitos símbolos sexuais masculinos valorizados por nossa cultura são fortemente Marte e Áries. A Lua em Áries seria a abordagem mais machista às áreas lunares. Alguns de nossos durões clássicos — como Jimmy Cagney, Marlon Brando e Al Capone — tiveram ou têm a Lua em Áries.

[1] U.S. Bureau of the Census. *Statistical Abstract of the United States*, 114ª edição. Washington, DC, 1994.



Mapa 9. O horóscopo da primeira transmissão do Super-Homem. O programa radiofônico foi ao ar em 12 de fevereiro de 1940, às 17:15 horas, na cidade de Nova York. O sistema de casas de Placidus foi usado para o mapa. Dados dos arquivos do New York *Times.*

O supremo símbolo do machismo é o Super-Homem. Ele não veio de Marte, veio de Kripton, mas deve ser um planeta quase gêmeo. Sua certidão de nascimento virou pó quando Kripton explodiu, mas raciocinei que o primeiro episódio radiofônico foi o momento em que ele nasceu para nós. Fui revirar uns arquivos do *New York Times e* descobri a data da primeira transmissão.[2] O mapa 9 (página) é a hora em que o episódio foi colocado no ar. Considerando os trânsitos de vários eventos,

[2] Grossman, *Superman: Serial to Cereal.* (New York: Popular Library, 1976). Data da transmissão extraída do *New York Times*, 12 de dezembro de 1940.

o Meio-Céu parece deslocado de 1°. (Provavelmente, o herói só começou a falar alguns minutos depois que o programa começou.) O mapa decididamente combina com ele. Ter cinco planetas em Áries é ultramacho, principalmente quando a Lua e Vênus — os principais planetas "femininos" — figuram entre eles. O Ascendente Leão acrescenta fogo, e Urano, que é extremamente desapegado, dá aspectos ao Sol aquariano do personagem. Potente figura de fantasia, ele tem todos os traços marcianos: invulnerabilidade, força, independência e prontidão para a luta.

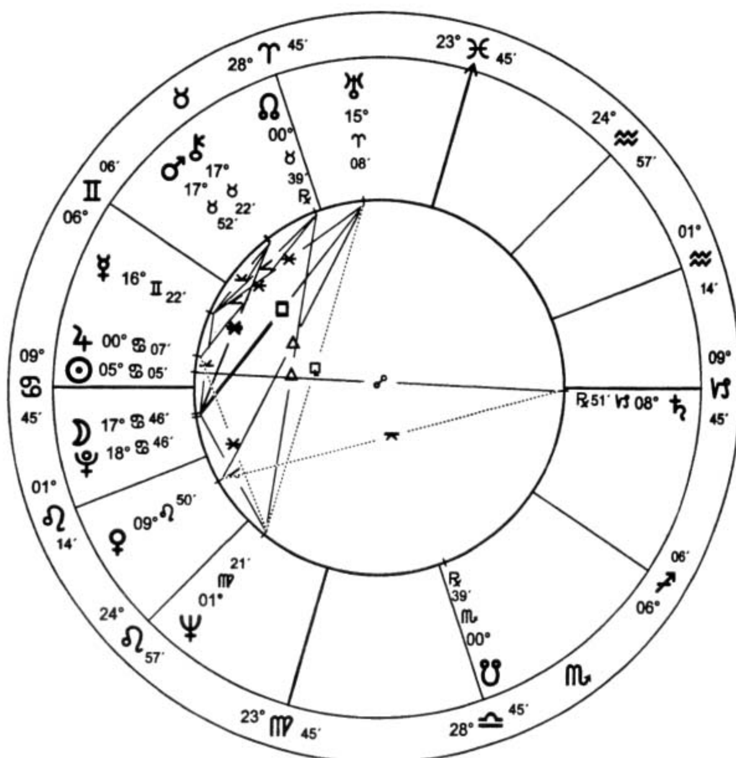
Embora o mapa o descreva bem, um teste para a validade do mapa é a coincidência dos trânsitos com as ocorrências. Os estudantes de astrologia talvez achem interessante verificar até que ponto os trânsitos coincidem com estes Supereventos: 1) a publicação da primeira revista em quadrinhos, em junho de 1932; 2) a transmissão do primeiro episódio televisivo em 9 de fevereiro de 1953; 3) a interrupção da produção televisiva em 27 de novembro de 1957; 4) o suicídio de George Reeves em 16 de junho de 1969 (ele morreu de um ferimento a bala na cabeça — Marte e Áries regem a cabeça e as armas de fogo); e 5) o lançamento de *Super-Homem, O Filme*, em 10 de dezembro de 1978.

Christopher Reeve interpretou o Super-Homem nas produções modernas. Segundo uma carta pessoal de LoiS Rodden, Reeve nasceu em 25 de setembro de 1952, na cidade de Nova York. Ele declarou a Terry Krall, às 3:30h, como a hora do nascimento, e a Linda Clark, às 3:12h. Às 3:30 seu Ascendente e Meio-Céu estão dentro do intervalo de 1° do Ascendente e do Meio-Céu do mapa do Super-Homem. Essa é, indubitavelmente, uma razão de combinar tão bem com o papel.

Na Maioria, os Homens São de Marte, mas Uns Vieram da Lua

Depois de estudar esses marcianos, comecei a me indagar sobre os tipos lunares. Franklin Delano Roosevelt, que com seu bate-papo semanal ajudou os americanos a sobreviverem às agruras da Grande Depressão e da Segunda Guerra Mundial, tinha a Lua em Câncer. (A semelhança de sua esposa Eleanor e o primo deles, o presidente Theodore Roosevelt. Os signos lunares predominam na família.) O dr. Benjamin Spock, pediatra que

ensinou gerações de pais a criarem os filhos, também tinha Lua em Câncer, posição que seria a mais extremamente lunar. James MacNeil Whistler, muito lembrado pela pintura que fez da mãe, tinha o Sol em Câncer. Para que você não creia que os homens cancerianos não possam ser machistas, Ernest Hemingway tinha o Sol em Câncer, com tremenda sensibilidade e emotividade oculta por traz de sua carapaça resistente. Arnold Schwartzenegger, com seus espantosos peitorais tem Ascendente Câncer.



Mapa 10. O horóscopo de Ross Perot, nascido a 27 de junho de 1930, às 5:34 horas CST, em Texarkana, TX. Dados da certidão de nascimento divulgados em Michel e Francoise Gauquelin The Gauquelin Book of American Charts (*San Diego, CA: ACS Publications, 1982*). *O sistema de casas de Placidus foi usado aqui.*

Ross Perot (mapa 10), bilionário e candidato a presidente dos Estados Unidos é um tipo megalunar. Ele é um triplo Câncer — Sol, Lua e

Ascendente — com Júpiter em Câncer em conjunção com o Sol, e Plutão em Câncer em conjunção com a Lua. São raras as pessoas com tríplice Câncer pois há somente um intervalo de 6 horas por ano para eles nascerem. O mesmo se aplica naturalmente aos tríplices de qualquer signo. (Realmente, se você acompanhou o material do capítulo 2 sobre os signos de ascensão longa e curta, os números corretos seriam cerca de 6 horas e 15 minutos por ano para tríplice Câncer e 4 horas e 45 minutos para tríplice Aquário. Além disso, nascem muito mais cancerianos que aquarianos, graças às diferenças sazonais dos índices de natalidade que discutimos.)

Quando Perot concorreu à presidência em 1992 como candidato de um terceiro partido, Urano e Netuno em Capricórnio estavam em oposição à sua Lua em Câncer. Como a Lua rege o público, ele causou sensação, apelando para as emoções como fez e jogando com os valores familiares. O país estava num clima inseguro, ansioso para retornar à segurança do passado e à tradição. Isto não bastou para elegê-lo, mas transformou-o no homem do dia. Ele retirou votos de outros partidos em quantidade suficiente para afetar o resultado da eleição, e conservou seguidores suficientemente numerosos para se tornar depois uma força política.

O amor à pátria é um traço canceriano às vezes levado a extremos. Como exemplo de patriotismo canceriano que se tomou maligno, o racista branco David Duke tem Sol em Câncer, Lua em Aquário — a mesma combinação que aparece no mapa dos Estados Unidos, e com todas as tensões que discutimos antes. (Segundo o número 36 do excelente boletim de Lois Rodden, "Data News," a certidão de nascimento de Dulce atesta que ele nasceu a 1 de julho de 1950, às 11:37 horas em Tulsa, Oklahoma.)

No lado oposto do mundo e do espectro político, um outro patriota canceriano é Nelson Mandela. Os astrólogos sul-africanos agora utilizam a hora de nascimento de 12:54 GMT [hora de Greenwich, confirmada pelo próprio Mandela. Ele nasceu a 18 de julho de 1918, em Umtata, na África do Sul, a 28° 47ª E, 31° 35'5. Noel Tyl trabalhou com o mapa e acredita que 2:54 EET (isto é, 12:54 GMT) combina bem com os acontecimentos. A Lua de Mandela está em Escorpião na 12ª casa, e ele com certeza teria morrido por seu país, se tal sacrifício tivesse sido exigido. Sua eleição à presidência em 1994 aconteceu quando Plutão em Escorpião estava em trígono com seu Sol em Câncer e Urano em oposição a ele. Ele está indiscutivelmente credenciado como herói lunar.

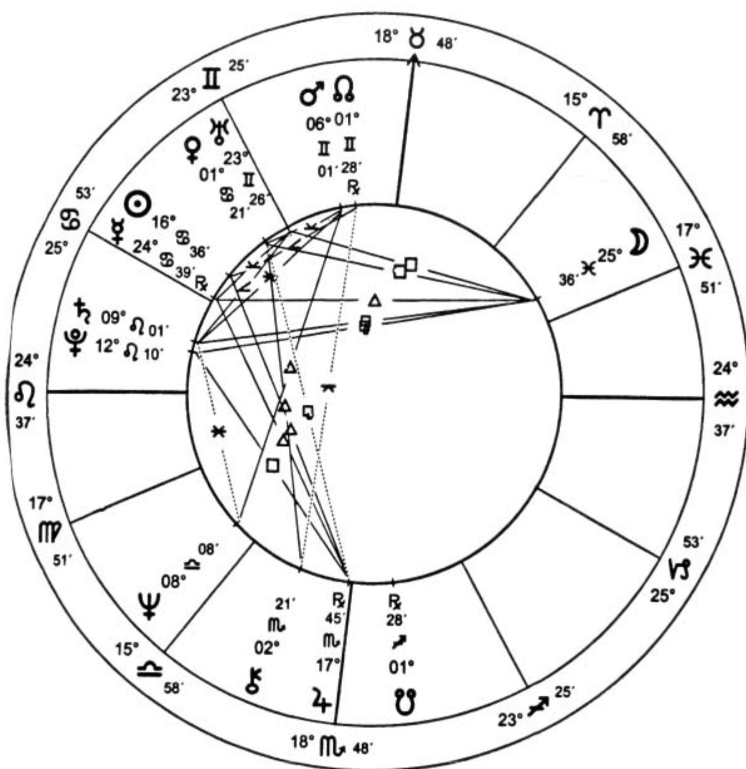
David Dinkins, o primeiro prefeito afro-americano de Nova York, é um canceriano nascido a 10 de julho de 1927. É um homem extremamente carinhoso e um advogado digno de seu povo, embora não tenha sorte com os associados. Um momento extremamente comovente — entre muitos — que testemunhamos na televisão ocorreu quando ele visitou uma escola primária do gueto. Um garotinho afro-americano sentou-se em seu colo e lhe perguntou, "Como é o seu trabalho?" Dinkins respondeu, "Às vezes é pesado, mas é um bom trabalho. Se você estudar bastante, quando crescer também poderá ser prefeito."

Os homens lunares *conseguem* ser maravilhosos! E no melhor deles, há uma qualidade de gentileza e empada. Não tão egoístas quanto os tipos solares, eles podem ser paternais sem serem paternalistas, podem proteger sem tutelar. Bill Cosby, um Sol em Câncer, atrai-nos por suas qualidades paternais, conforme se vê nas deliciosas interações com crianças em suas comédias, e em seu livro, *Fatherhood*.[3] Os homens lunares podem nos lembrar do lar e de dias melhores. O estilo caseiro de Willie Nelson, que tem a Lua em Câncer, consola aqueles cujas raízes se desgarraram ou se romperam. Os homens lunares dão grandes abraços, e muitos deles não passam de uns ursões de pelúcia. (O papo está deixando vocês constrangidos, rapazes? Eu não estou contando a todo mundo como vocês são sentimentais). Se você quiser algum dia encontrar um homem sensível, do tipo Nova Era, irá encontrá-lo entre os tipos lunares. Vamos dar a eles um voto de agradecimento, sobretudo porque nem sempre terão o apreço do mundo solar.

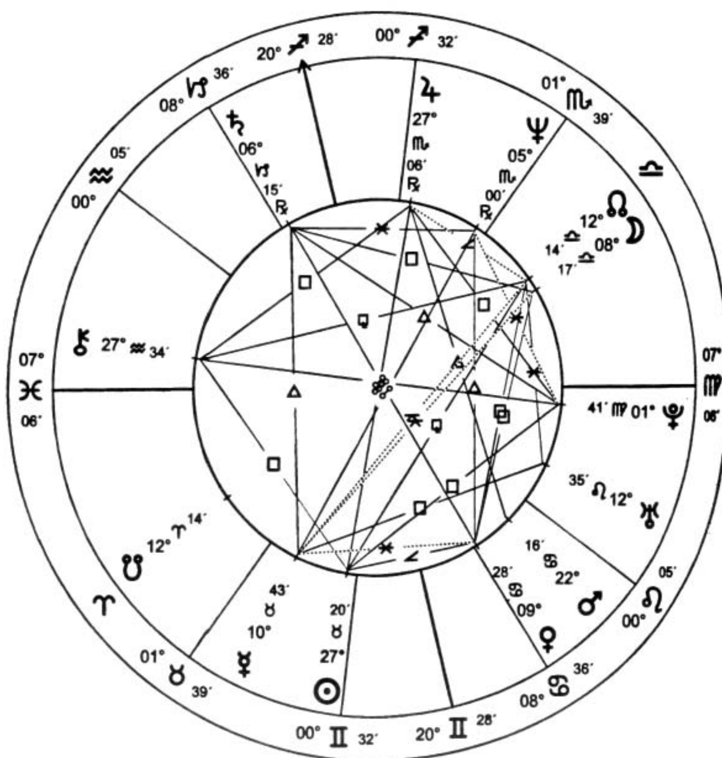
O. J. Simpson — Um Hemisfério Lunar em Queda Livre

Não restam dúvidas de que todos nós já estamos saturados dos pormenores do caso Simpson. Entretanto, o mapa de O. J. merece uma outra olhada, pois o ator é o epítome da devastação de um hemisfério lunar que perdeu o rumo. Ele tem o Sol, Vênus e Mercúrio em Câncer, portanto é um tipo lunar (ver mapa 11). Conforme descobriu minha amiga Leya Heart, o Mercúrio dele está a apenas 11 minutos de uma conjunção exata com o Mercúrio dos Estados Unidos, um Mercúrio retrógrado em ambos os casos.

[3] Bill Cosby, *Fatherhood* (Nova York: Berkley•Publishing, 1994).



Mapa 11. O horóscopo de O. J. Simpson, nascido a 9 de julho de 1947 às 8:08 horas PST, em San Francisco, CA. Dados da certidão de nascimento. (*Reimpresso de* Astro-Data II, *com permissão de Lois M. Rodden. San Diego: Astro-Computing Service, 1980*)*. O sistema de casas de Placidus foi usado aqui.*



Mapa 12. O horóscopo de Nicole Brown Simpson, nascida a 19 de maio de 1959, às 2:00 horas CET, Frankfurt-am-Main, Alemanha. Informação da certidão de nascimento, garantida por Marion March. (Publicado em "Data News" #50, dezembro de 1994, de Lois M. Rodden). Utilizou-se aqui o sistema de casas de Placidus.

Urano (televisão) e Netuno (escândalo), em trânsito estavam em oposição àquele grau durante 1994 e 1995, período em que os americanos assistiram com mórbida fascinação o desdobramento do caso.

A Lua de O. J. está em Peixes na 8ª casa (sexo, riqueza e morte), enquadrando Urano. Os aspectos Lua-Urano, mais que a Lua em Aquário, podem ser intermitentemente explosivos, a não ser que a pessoa conscientemente preste atenção às emoções e mantenha equilibrado o hemisfério lunar. Tão decidido estava O. J. a moldar Nicole, transformando-a em sua mulher de sonho (Lua em Peixes), que alegadamente a forçou a colocar implantes nos seios. Um nativo de Lua em Peixes pouco evoluído pode fugir dos sentimentos por meio do vício. Como sua Lua é na 8ª casa, um dos vícios de O. J. era evidentemente mulheres e sexo. Urano é voluntarioso, é uma lei em si mesmo, portanto qualquer oposição a seus desejos, qualquer ameaça às regiões lunares, é capaz de produzir uma explosão. A Lua é doméstica e Urano, em seu pior desregramento, pode representar violência. Conforme mostrado pelas 911 fitas de vídeo, a violência doméstica foi o resultado de sua falta de equilíbrio no hemisfério lunar.

Nicole (mapa 12, pág. 335), tinha Lua em Libra na 7ª casa, mostrando um parceiro matrimonial lunar. A Lua está enquadrada por Vênus em Câncer na sua 5ª casa, que era próxima ao Sol de O. J. O Marte dela, a 22° de Câncer, estava em conjunção com o Mercúrio de O. J., combinação capaz de produzir muita altercação. Urano em trânsito estava desequilibrando aquela conjunção quando Nicole foi assassinada em 12 de junho de 1994, por volta das 22:15 horas, em Los Angeles. Há muito mais coisas nos dois mapas, e convidamos você a estudá-los. Entretanto, meu foco aqui está centrado na Lua. A falta de equilíbrio de O. J. nas áreas lunares da vida produziu uma grande tragédia — na vida de uma das figuras mais amadas da vida esportiva americana. Não, isso não precisa ser assim, se os homens cuidarem de suas Luas, em vez de ignorá-las.[4]

[4] Como Plutão estava em trígono com a Lua de O. J. (o público) por ocasião do assassinato de Nicole, eu vaticinei o tempo todo — não por escrito, naturalmente, mas pode perguntar às garotas de meu grupo de astrologia — que ele seria absolvido. O único aspecto exato na época do veredito, em outubro de 1995, foi Marte atravessando seu Júpiter, mas havia diversos aspectos soltos favoráveis a sua Lua.

"Por Que a Mulher Não Pode Ser Mais como Um Homem?"

Esta era a pergunta que o Professor Higgins fazia na peça, *My Fair Lady*. Ainda é a pergunta mais repetida hoje em dia por humoristas de plantão e por filósofos de botequim. Foi provavelmente a primeira questão debatida pelos homens das cavernas, tão logo dominaram a linguagem o suficiente para ir além de dar de ombros e grunhir, à moda de Tim Allen. A resposta está em nossos cérebros e hormônios.

Existe uma grande diferença hormonal entre nós — um hormônio lunar para as mulheres e um hormônio marciano para os homens. Conforme visto antes, as mulheres são muito responsivas ao estrogênio. Ele é a chave para funções lunares como o equilíbrio hídrico, as alterações de humor e o apetite. Os homens têm pouco estrogênio em seu sistema. Os andrógenos são os hormônios masculinos, que as mulheres possuem apenas em quantidades mínimas. O andrógeno parece marciano, e é a fonte do físico masculino: a barba, os pêlos no peito, os músculos e a voz grave. Os efeitos emocionais do andrógeno não são inteiramente conhecidos, mas a agressividade parece uma parte dele. Embora a biologia e também a cultura possam pressionar os homens a agirem como marcianos, nenhuma das duas consegue eliminar a necessidade de integrar os planetas femininos. Tampouco para os homens a biologia é destino.

Existem diferenças documentadas na maneira de organização dos cérebros masculino e feminino. Observações feitas a partir da infância mostram claras diferenças na capacidade intelectual e motora de homens e mulheres, a despeito da nacionalidade ou da faixa etária. Trinta itens tiveram de ser eliminados dos testes de QI originais porque discriminavam em favor de um ou de outro sexo. Desde a primeira infância, as mulheres eram mais responsivas ao intercâmbio social, principalmente o proveniente de suas mães (a Lua e Vênus). Os homens responderam mais a objetos e à manipulação destes (Marte e Urano).

As mulheres são claramente mais desenvolvidas no hemisfério lunar que a maioria dos homens, e ao que tudo indica o estrogênio tem algo a ver com essa diferença. As fêmeas de rato, cujos ovários foram removidos no nascimento e, portanto, sofriam de deficiência estrogênica, terminaram por ter um desenvolvimento cerebral mais semelhante ao dos

machos.[5] Porém, exatamente como as mulheres, os homens não têm um cérebro unilateral. Embora as mulheres sejam desprezadas por serem lunares, ainda se "espera" tal fato, enquanto no caso dos homens as reações lunares são geralmente desaprovadas. Como resultado, eles têm ainda mais dificuldade que as mulheres para entrarem em sintonia com o hemisfério lunar. Para eles, é ainda mais importante a participação em atividades lunares capazes de liberar as faculdades intuitivas e emocionais.

O Aspecto Lua/ Marte e a Psicologia Masculina

Os homens estão programados para agir como Marte, mesmo ao lidarem com questões lunares como segurança e dependência. Intrigou-me o fato de a maioria dos homens funcionar como se tivesse um aspecto Lua-Marte em seu horóscopo. Um aspecto combina a energia de dois ou mais planetas. Quando uma programação marciana é imposta às funções lunares, obtém-se um resultado Lua-Marte. Nós não estamos falando de um mapa concreto, mas sobre o efeito dos estereótipos de papéis sexuais. Para expressar visualmente esse problema, ocorreu-me a figura 4, que mostra a Lua forçada a se enquadrar no símbolo de Marte.

Áries que é regido por Marte está em quadratura com Câncer que é regido pela Lua, e os homens geralmente têm problemas para encarar as qualidades cancerianas em si mesmos e nos outros. Talvez essas qualidades inibam a ação. Tradicionalmente, Marte é considerado em seu "declínio" em Câncer (quer dizer, em seu pior aspecto). Essa designação reflete como o mundo ocidental tem pouca aceitação pelas qualidades lunares dos homens. Examinemos diversas funções da Lua para verificar o que acontece quando você tenta encaixá-las no prisma de Marte.

Homens e Maternação: Marte simboliza a independência e a fusão Lua-Marte empurra os homens à negação de sua dependência. Eles podem chegar a extremos na alegação de serem auto-suficientes, na familiar defesa da contradependência. Os garotinhos são treinados para serem

[5] "Sex Differences in Brain Asymmetries." *Brain/Mind Bulletin* v.5:14, p.1680.

marcianos: "Comporte-se como um homenzinho! Seja forte. Não chore quando se machucar." Espera-se que ele abomine o afeto e se afaste de sua mãe, de outras mulheres e meninas, para buscar a companhia de outros garotos. A pressão para ser independente aumenta à medida que ele vai crescendo. No entanto, aquilo que é reprimido torna-se ainda mais poderoso sob a superfície.

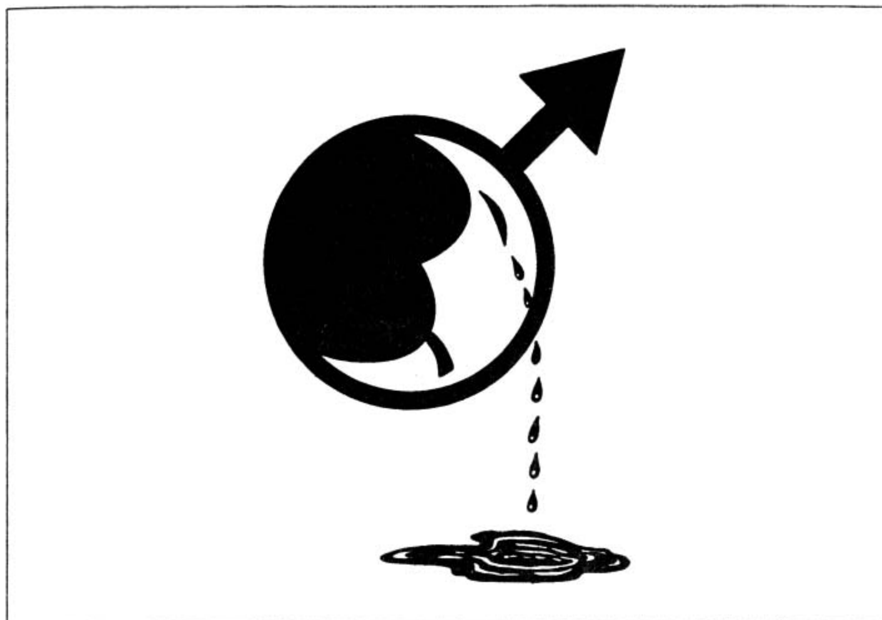


Figura 4. Eis uma ilustração da dor e do sofrimento sentidos quando o símbolo da Lua é forçado a residir dentro do símbolo de Marte. Vê como ela está chorando?

Na realidade, os homens são extremamente dependentes das mulheres na vida familiar, sexual e profissional. A verdadeira dependência dos homens em relação às mulheres tem sido demonstrada por estudos sobre o que acontece quando as mulheres vão embora. O homem divorciado tem um índice anual de mortalidade três vezes maior que a mulher divorciada. As mortes de viúvos excederam em 40% o índice esperado, no prazo de 6 meses após a morte da esposa. Os homens que ficaram órfãos de mãe recentemente são mais propensos ao suicídio que os restantes.

Homens solteiros de todas as idades apresentam os níveis mais altos de suicídio. Homens que perderam seu sistema de sustentação feminina experimentam uma crise de dependência e raiva (Lua-Marte), à que têm problemas para sobreviver. Igualmente, a Lua representa a mãe, e quando um homem se casa com uma mulher parecida com sua mãe, o casamento dura o dobro do que duraria se não houvesse a semelhança.[6]

Marte representa a raiva e um aspecto Lua-Marte pode mostrar hostilidade contra as mulheres. Os homens ficam zangados com as mulheres, entre outras razões, pelo próprio fato de necessitarem delas. Muitos homens odeiam a si mesmos por se sentirem dependentes das mulheres, e assim voltam para elas esse ódio e lhes manifestam hostilidade — uma defesa que aumenta o distanciamento. Um aspecto Lua-Marte também mostra uma frustração raivosa diante do fato de suas necessidades não serem atendidas. Trata-se de um círculo vicioso — não é fácil cuidar de alguém que fica protestando, "Eu sou forte. Não preciso de você. Eu dou conta disso."

Outra defesa Lua-Marte é assumir o papel de cuidar e proteger, como a tradicional postura masculina diante das "mulherezinhas." Os homens usam essa postura para evitar o sentimento de que precisam de alguém ou de que alguém os julgue fracos. Quanto mais determinado você fica a agir como protetor, mais ressentido você se torna, porque essa postura esgotante cria uma dependência subjacente ainda mais forte. O papel de protetor é uma fachada, pois a maioria deles tem dificuldades no trato com a atividade de cuidado alheio, em virtude de suas próprias necessidades frustradas. Basta ver como ficam zangados e impotentes quando a mulher de suas vidas adoece, e eles têm de cuidar dela.

A negação da dependência é devastadora quando se refere à vulnerabilidade concreta, como no caso de enfermidades. Todos nós ficamos mais necessitados quando doentes. No entanto, os homens são capazes de negar a dor que os aflige, até se desmoronarem, e de fugir do médico, até ser tarde demais. Eles são capazes até de trabalhar dobrado, enquanto fingem que está tudo bem. A maioria deles tem extrema dificuldade em pedir ajuda. Como resultado, adoecem mais gravemente, ficam doentes

[6] As estatísticas deste parágrafo são extraídas de Theodore Isaac Rubin e David C. Berliner, *Understanding Your Man: A Woman's Guide* (Nova York: Ballantine, 1977), p.31.

por mais tempo e morrem mais cedo que as mulheres. Em 14 das 15 principais causas de mortalidade, os homens apresentam índices mais altos que as mulheres.

Em todas as faixas etárias, o índice de mortalidade dos homens é mais elevado que o das mulheres. A partir da faixa de 20-24 anos, o índice é 200% mais alto, em função de causas ligadas a Marte como brigas, fanfarronices e guerras. O número de homens que morrem em acidentes é o dobro do das mulheres, e 3 vezes e meia mais elevado nos casos de morte por homicídio ou intervenção da lei. Em todos os níveis etários, os índices de mortalidade são pelo menos duas vezes mais elevados que os das mulheres. Durante os trânsitos de planetas exteriores a proporção se tornou ainda maior, uma indicação de que a erosão lunar está afetando intensamente os homens. Em 1920, a expectativa de vida feminina era de apenas um ano a mais que a masculina. Agora ela é de sete anos a mais, portanto a incapacidade de pedir ajuda tem sérias conseqüências físicas.[7]

Homens e Climas Psicológicos: Outra razão para os homens terem índices de mortalidade mais altos é que os sentimentos reprimidos são psicossomaticamente deslocados para o corpo. Os que prontamente expressam as emoções são considerados fracos ou afeminados, logo eles tratam de negá-las e de projetá-las nas mulheres. Por muito constrangidos que se sintam face às emoções, eles também são fascinados por elas. Os sentimentos aceitáveis para os homens são os sentimentos marcianos — raiva e triunfo. As reações lunares, como a insegurança, são inaceitáveis e, por conseguinte, empurradas para dentro do molde marciano, e com freqüência se expressam como irritabilidade. Reações mais suaves, mais positivas também têm de ser abandonadas, pois os homens se sentem pouco à vontade com emoções "femininas". Quando estes sentimentos ternos são amortecidos, todos nós sofremos com a perda de uma qualidade de vida mais solícita e delicada. Sob uma fachada de aspereza eles ocultam principalmente as reações de amor e carinho. Se não formos capazes de ler nas entrelinhas, talvez jamais cheguemos a saber que essas qualidades estão presentes.

[7] 1. U.S. Bureau of the Census. *Statistical Abstract of the United States*, 114ª ed. Washington, DC, 1994, pp.88, 94

Paradoxalmente, os homens também não estão autorizados a mostrar agressividade. A expectativa é de que sejam agressivos, mas presume-se que conservarão a frieza em relação a isso. É um equilíbrio difícil de alcançar. Em especial, não se permite a eles a expressão de hostilidade ante as mulheres, pois aqueles que as atormentam são vistos com desprezo. Para um homem zangar-se com uma mulher, precisa ter uma causa justa, como ter sido enganado por ela, insultado em sua masculinidade ou não ter sido alimentado por ela na hora certa. Nós já verificamos como os homens podem ficar inconscientemente zangados com as mulheres. Para racionalizar essa raiva, eles precisam encontrar muitas justificativas no comportamento feminino.

E muitos de fato encontram sérias justificativas, com resultados trágicos. Nos Estados Unidos, em 1992, 82% das pessoas detidas por violência doméstica eram homens. As estatísticas canadenses mostram que a mulher casada tem uma probabilidade nove vezes maior de ser assassinada pelo marido do que por um estranho, sendo as jovens esposas as que correm o maior risco. Os índices se elevam abruptamente quando os casais se separam. Caso você acredite que é mais seguro apenas viver juntos, os índices de homicídio, para ambas as partes, são mais altos nos casamentos informais do que nos legítimos.' O fenômeno de seguir as mulheres só recentemente chegou à nossa percepção, mas é tão sério e tão generalizado que a maioria dos estados está rapidamente votando leis contra ele. Segundo um documentário recente da HBO sobre violência no local de trabalho — uma preocupação nova —, de cada 20 mulheres que trabalham fora, uma será seguida em pelo menos um período de sua vida.

Qual é o resultado das pressões sofridas pelos homens para negarem seus sentimentos? Além de doenças, as emoções reprimidas podem explodir subitamente em comportamento imprevisível como surtos de alcoolismo, explosões de violência, comportamento irresponsável no tráfego e outras ações "enlouquecidas". Um homem que seja explosivo afasta os outros para longe, já que estes não sabem o que esperar. Num momento, ele pode estar perfeitamente afável e, no seguinte, disposto a brigar. Para

[8] Margo Wilson, Martin Daly e Christine Wright, "Uxoscide in Canada: Demographic Risk Patterns," *Canadian Journal of Criminology*, julho de 1993, v,35:3, pp.263-281.

manter o controle, ele tem de manter distância. Ele se alterna entre o esmorecimento e o comportamento frenético. Nós já examinamos as estatísticas da violência masculina.

O aumento da consciência psicológica, graças aos programas de entrevistas, livros de auto-ajuda e outros fenômenos da cultura popular criam pressões contrárias para que os homens lidem de maneira mais aberta com sentimentos. Isso parece promissor, e, no entanto, é perturbador nesta era de transição, já que os homens estão recebendo mensagens contraditórias. Nossa cultura ainda não se sente à vontade com homens emotivos — até as mulheres psicologicamente conscientes podem sentir ambivalência em relação a isso. Por outro lado, também não desaparecem as exigências do mundo profissional. Experimente ir trabalhar no pregão da Bolsa de Valores e cair em prantos porque acabou de perder 1 milhão de dólares para seu cliente. Até que o público esteja mais instruído sobre a importância de lidar com os sentimentos, os homens que tentam fazê-lo vão precisar de apoio.

Outro fator que contribui para o problema é que aos homens são também negados, cada vez mais, os canais sadios de liberação de sua energia marciana. Considere que o signo de Áries, regente de Marte, tem estado sob o mesmo tipo de pressões que Câncer recebe dos planetas exteriores. (Áries faz quadratura com Câncer e Capricórnio, e está em oposição a Libra.) Em alguma realidade paralela, minha contrapartida do sexo masculino está escrevendo um livro chamado *Como Ser Um Tipo Marciano Num Mundo Saturnino.* Ele está lamentando que já não haja espaço para o desenvolvimento do eu guerreiro — agora que invariavelmente ganha a parada o lado cujas armas são maiores. Ele está desdenhando as academias de ginástica e dizendo que caminhar numa esteira ou fazer musculação com pesos é um exercício vazio, se comparado a construir seu próprio estábulo ou capinar os campos onde você vai plantar os víveres para sua família. Ele está dizendo que "civilização" significa esmagar a resposta de luta em favor da reação de fuga. Ele pondera, por exemplo, que no trabalho já não é prudente nocautear alguém que lhe incomode. Agora eles advertem por escrito quem fizer isso — se é que não suspendem ou detém por agressão. Também já não se tem liberdade para perseguir uma colega atraente, pois ela pode lhe processar por assédio sexual. Ele conclui que em razão de toda essa energia marciana

reprimida, que não encontra uma saída construtiva, não é de espantar que a violência esteja em ascensão? Sim, claro, os tipos marcianos também estão sob cerco.

Os Homens e a Segurança: A Lua rege a segurança, e os homens necessitam dela tanto quanto as mulheres. Como nenhum dos sexos considera masculina a insegurança, ela não se expressa abertamente. Aquele velho e surrado boné de caçador pode representar segurança e é a razão pela qual um homem fica fora de si quando você tenta jogar fora o boné. Os sentimentos de apego ao lar, à família e às raízes são inaceitáveis e devem ser repudiados como sentimentais. "É a patroa lá em casa que se empolga tanto com essa história de Natal. Eu só faço a festa por causa dela e das crianças."

Um homem talvez só se sinta seguro se estiver agindo para afastar qualquer ameaça ao *status quo.* Ele necessita estar no comando e batalhar. Fica furioso com a própria impotência se não houver uma ação que seja eficaz, como durante um período de recessão econômica ou da doença fatal de alguém que ama. O simbolismo Lua-Marte também explica porque os homens ficam tão predispostos a partirem para a guerra em defesa de qualquer ameaça real ou suposta que se faça à mãe-pátria.

Carne, *Batatas e a Lua:* A Lua rege a comida e o estômago. O HOMEM DE VERDADE gosta de carne vermelha e batatas, mas essa dieta é prejudicial ao corpo, principalmente ao estômago e ao cólon. Um elevado consumo de carne vermelha também aumenta a agressividade, ao contrário da dieta vegetariana, que acalma. A comida mais marciana que temos é o rosbife sangrento, bem vermelhinho no meio. Com a nova ênfase na saúde e na boa forma, entretanto, muitas pessoas estão se alimentando agora de forma diferente.

A dependência dos homens em relação às mulheres se expressa fortemente na comida — por exemplo, na velha convicção de que se chega ao coração do homem pelo estômago. Uma desculpa comum para que a esposa não freqüente atividades de autodesenvolvimento, ou para que não se ausente por intervalo nenhum é: "O que meu marido vai comer?" Deus me livre que um homem aprenda a cozinhar, exceto, naturalmente, se ele for excelente em culinária requintada. Mesmo assim, o homem tem

de tomar muito cuidado, já que fica pairando a suspeita de que ele possa ser homossexual.

Naturalmente, os cavalheiros sofisticados da área urbana agora podem cozinhar para suas namoradas. Entretanto, freqüentemente se trata mais de um truque para fazer média do que um verdadeiro amor pela culinária. Os aplausos que eles recebem por prepararem um simples cachorro quente são desproporcionais aos agradecimentos superficiais que as mulheres geralmente recebem quando preparam uma excelente refeição. (E, quem algum dia aplaudiu uma mulher por trocar as velas do carro?) Mesmo assim, existe agora mais espaço para os homens compartilharem a tarefa de cozinhar do que havia há 10 ou 15 anos.

Os problemas gástricos num homem são sinal de que ele está engolindo um monte de sentimentos. Por exemplo, na astrologia médica, úlcera é uma doença Lua-Marte ligada à raiva ante à dependência não satisfeita. Durante a maior parte deste século, úlceras eram uma doença "de homem", na proporção de 10 homens para cada mulher. (As mulheres estão começando a tirar a diferença, à medida que vamos entrando no mundo dos negócios.)

Homens Que Não São de Marte: Exagera-se muito o medo e o desagrado que a facção *gay* sente pelas mulheres — exagera-se demais, na minha opinião. Pela experiência que tenho com homens homossexuais e heterossexuais, acho estes últimos tão ressentidos e amedrontados quanto os primeiros. Os heterossexuais talvez não se expressem tão abertamente (afinal de contas, eles têm de superar). Os sentimentos afloram nas paqueras de rua, nos papos de vestiário e em comportamento sexista que pode ser extremamente hostil. Os cômicos de televisão fazem piadas com uma raiva mal disfarçada sobre as diferenças entre homens e mulheres, enquanto o auditório vem abaixo de tanto rir.

Os homossexuais ficam pouco à vontade e zangados quando as mulheres insistem em persegui-los e tentar convertê-los (um fenômeno comum), exatamente como qualquer uma de nós se sentiria pouco à vontade diante de avanços persistentes e importunos. Para o homossexual masculino, o medo de mulher pode não ser explícito, já que eles freqüentemente são menos defendidos contra a mulher interna e mais temerosos de serem engolfados por ela. Eles também não estão imunes às pressões culturais

contra seus chamados traços afeminados. Aqueles que os explicitam têm sido expostos a medidas punitivas. Mesmo assim, muitos homossexuais de excelente caráter que conheço parecem integrar melhor os planetas masculino e feminino, sendo mais andróginos que os homens que só conseguem representar Marte. Talvez seja porque já ultrapassaram aquela última barreira masculina a buscas mais delicadas — "O que é você afinal, um maricas?"

Há também muitos homens heterossexuais que estão rompendo com o molde marciano e se tornando mais íntegros e integrados. Aqueles que se movimentam nessa direção estão sujeitos a tremendas pressões contrárias e precisam de apoio. Os homens não estão acostumados a apoiarem uns aos outros emocionalmente, porém as reuniões masculinas patrocinadas por Robert Bly, ou as organizadas por John Bradshaw podem ajudar aqueles que estão tentando libertar-se da forma.

Os Homens e seus Signos Lunares

Vimos que o aspecto Lua-Marte é uma assinatura geral dos homens. O signo, casa e aspectos da Lua são importantes no mapa individual, mas podem estar escondidos por trás do estereótipo de Marte. Mantenha aquela programação em mente à medida que vai lendo o mapa de um homem e interpretando sua Lua. Por exemplo, consideremos um homem com uma Lua proeminente ou importantes colocações em Câncer, ou na 4ª casa. Ele teria fortes impulsos lunares, e no entanto sentiria pressão para escondê-los. Como isso deve ser doloroso, e como deve contribuir para uma úlcera. As descrições capsulares que vêm a seguir devem iluminar a psicologia do homem individual. Nós vamos sopesar seu próprio estilo lunar contra as pressões que a cultura exerce para que negue a Lua e só a expresse pelo prisma de Marte. Lembre-se de consultar as leituras baseadas nos aspectos lunares, conforme ilustrado no capítulo 4.

Lua em Áries: Os conflitos que discutimos são duplamente fortes num homem que tenha, de fato, uma Lua em Áries ou um aspecto Lua-Áries. A dependência é ameaçadora e ele se mantém em movimento para evitar envolvimentos pegajosos. Ele procura uma mulher responsável que não

tenha a expectativa de ser tratada como um bebê e que possa acidentalmente cuidar dele um pouquinho enquanto dirige as coisas. Infelizmente, na casa paterna a mãe era quem mandava, e por isso ele já está escaldado com as mulheres. Ele assume uma atitude de fuga em relação a qualquer ameaça à sua segurança. A ação é o remédio que usa para qualquer problema, mesmo aqueles que não têm solução imediata. As emoções o ameaçam também, portanto ele está a fim de uma boa briga se você provocar. Aproximar-se dele com os aspectos suaves e comunais do relacionamento é difícil pois custa-lhe muitíssimo admitir aquelas porções de si mesmo. Para ele, o contato sexual pode ser uma sublimação das facetas mais delicadas da intimidade.

Lua em Touro: Ele aceita o estereótipo cultural daquilo que homens e mulheres devem ser, pois ele é antiquado. Fundamentalmente, gosta de mulheres. Escolhe aquelas que fazem boas coisas lunares, de forma consistente e prosaica como sua mãe fazia, em retribuição à proteção e estabilidade que lhes dá. Ele então tem vontade de arrasar na área profissional. As coisas materiais são uma segurança e garantia de que a mulher não vai deixá-lo em apuros, sem atender suas necessidades de dependência. A comida tem fortes associações de segurança, conforto, e repressão de sentimentos capazes de interferir na serenidade. Ele pode, entretanto, transformar-se num touro furioso, quando pressionado a mudar depressa demais. E igualmente quando pairam ameaças à sua segurança, como a perda de dinheiro, de pertences ou da mulher de sua vida! Portanto, ele pode ser possessivo e bastante ciumento.

Lua em Gêmeos: Intelectualmente, ele talvez rejeite o estereótipo do machão porque é assim que lida com tudo — intelectualmente. Sabe que os sentimentos existem por ter lido tudo a respeito, e consegue falar sobre eles de modo bastante articulado. Contudo, nem você nem ele devem ir muito fundo nos sentimentos, ou talvez ele precise combater você com aquela língua ágil e a verve infalível. As palavras são uma cortina para evitar a proximidade e impedir as pessoas de lhe reconhecerem a vulnerabilidade. A dependência, num homem adulto, simplesmente não é lógica, portanto, não deve ser tolerada. Nada consegue deixá-lo inseguro, desde que seja analisado e categorizado. Entretanto, dê-lhe para resolver

alguma coisa que ele não possa rotular e ficará enrascado. É maravilhoso para ele ter encontrado uma mulher com o calibre intelectual que você tem, capaz de apreciar-lhe o brilho e a inteligência. A mamãe sempre disse que ele seria o próximo Ernest Hemingway.

Lua em Câncer: Eis os verdadeiros tipos lunares, os que tendem a ter problemas com o machismo. As qualidades lunares são excessivamente fortes e imediatas para serem ignoradas, daí que um homem assim talvez crie uma dura carapaça para manter a calma. Ele provavelmente, também se casará com uma verdadeira mãe-terra que irá lhe satisfazer as necessidades automaticamente, sem que precise pedir. Sua própria mãe pode ter sido sufocante, e com freqüência ele continua amarrado simbioticamente a ela. Se precisar esconder os sentimentos, talvez procure alívio no excesso de comida e bebida, ou continue extremamente dependente de sua família. Problemas gástricos ou explosões de emoção também podem resultar da repressão. Se conseguir se liberar do estereótipo, o canceriano pode ser maravilhosamente terno, capaz de dar e receber carinho. Também pode ser calorosamente protetor e responsivo aos próprios sentimentos e aos de outros.

Lua em Leão: Se você colocar Leão na la casa, o signo de Câncer cai na 12ª casa, mostrando o que ele mantém oculto. Assim, o homem de Lua em Leão pode realmente ser bastante dependente, porém faz uma exibição de confiança e destemor. Orgulhoso demais para mostrar suas necessidades ou confessar suas inseguranças, ele pode mascará-las rugindo e atacando tão ferozmente quanto o leão que simboliza seu signo. Leão tem a expectativa de reger, portanto, quando sua dominância é questionada, pode se tornar furioso. Entretanto, ele é um amante do luxo e deseja refeições dignas de um rei. Você, como Rainha-Consorte, deve presidir nas funções dele de modo tão perfeito quanto o da própria Rainha-Mãe enquanto o criava. Pelo lado positivo, as pessoas que têm Lua em Leão são mais ensolaradas que taciturnas, portanto o tom emocional geral é caloroso e divertido. Também observo que eles (quando Plutão não está em conjunção com a Lua) são intensa e demonstrativamente apreciadores do feminino. (Se Plutão está perto da Lua, é muito mais como Escorpião.)

Lua em Virgem: Ele pode perfeitamente ter tido uma mãe que não lhe tolerava a dependência, e também o convenceu de que era incompetente para viver sem ela. Como adulto, continuamente questionou o próprio valor e competência. Ele precisa comprová-los compulsivamente para si mesmo, para as mulheres de sua vida e para o mundo em geral. Pode acabar viciado em trabalho, crítico de si mesmo por ter quaisquer necessidades que sejam. Ele só se permite "afrouxar" sob uma circunstância. É quando adoece, coisa que ele consegue fazer com bastante freqüência à medida que os anos vão passando, a não ser que aprenda a aceitar e a satisfazer suas próprias necessidades. Sua dependência pode se manifestar no fato de ser exigente em casa. Talvez fique resmungando se a comida não estiver perfeita, a casa impecável e todos os assuntos conduzidos segundo padrões perfeccionistas. Ele é especialmente crítico de si mesmo por ter sentimentos. Qualquer surto de sentimentos ou carências inaceitáveis pode ser acobertado pelo excesso de trabalho, pela implicância consigo mesmo ou pela crítica aos outros. Segurança é uma longa lista de pendências, da qual, ao findar o dia, quase tudo foi solucionado.

Lua em Libra: Muitos meninos com Lua em Libra foram colocados numa posição de maridos sucedâneos para a querida mamãe e esperava-se que eliminassem as ameaças à tranqüilidade doméstica. Em resultado, o adulto tenta manter ocultas as sensações desagradáveis — elas são muito incômodas, e o que diriam as pessoas? Para ele, segurança reside em ter o amor e a aprovação de todo mundo a todo momento. É extremamente dependente do amor do momento e se sente frustrado quando não tem um romance no horizonte. Incapaz de pedir algo, ele muda o foco para você e suas necessidades, para evitar que você descubra que ele tenha alguma. O que não diz é que espera que você leia sua mente e equilibre os pratos da balança. É apenas justo, e porque ninguém tem consideração suficiente para fazê-lo? Ele romantiza as mulheres e espera que elas sejam oh, tão encantadoras e amorosas — você não sabe que lágrimas e sentimentos feios podem marcar essa carinha bonita?

Lua em Escorpião: Tendo tido uma mãe que dominava abertamente ou por meio de manipulação, esse homem tem uma compreensível paranóia

em relação às mulheres. Seu lema é: se você consentir em ser dependente, as mulheres vão controlá-lo; portanto, esconda suas necessidades e fique firme no comando. Ele acredita que o calcanhar-de-aquiles das mulheres é o sexo, logo, se você for um amante fantástico, terá todas elas a seus pés. O mundo inteiro está contra você — nunca se deixe enfraquecer, nunca perca a calma, esteja sempre por cima em qualquer situação. As emoções são perigosas. Mostre-as e as pessoas irão usá-las para apunhalá-lo pelas costas. Ele vai ser o "Homem de Aço", nem que isso acabe por matá-lo. (**Oregon Grape**, da FES, é especialmente útil para abandonar esse tipo de desconfiança do mundo.)

Lua em Sagitário: Para ele, a segurança consiste em saber tudo. Ele digere as experiências perturbadoras, extrai delas a última gota de sabedoria e depois ensina a você o que aprendeu. Quando você lhe fala de sentimentos, pode ouvir um discurso como o seguinte: "Qual foi a sensação que você`` teve? Bem, isso depende de suas perspectivas, claro. Minha mãe, que tinha um pouco de filósofa amadora, sempre dizia... E minha professora de História, ela também era bastante sábia, à maneira dela... E, de que estávamos falando? Ah, você falou em sentimentos? Como minha mãe me ensinou, todas as emoções passam, portanto não devemos nos agarrar a elas, procure apenas a lição a ser aprendida e vá em frente. Todo o tipo de apego é transitório. Dependência? Isso é para os pouco iluminados, pessoas que não percebem que a verdadeira segurança está em conhecer o significado da vida."

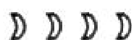
Lua em Capricórnio: Como os anéis de Saturno, este homem se cerca de um muro protetor, tentando não se apoiar em ninguém. A segurança é extremamente importante, porém ele a encontra num currículo bem atualizado e numa carteira de aplicações financeiras, mais do que nas pessoas. A mãe era ambiciosa e perfeccionista, mais cumpridora dos deveres do que calorosa, portanto ele vê as mulheres como quem pede mais do que dá. Estabelece limites claros quando lida com elas, de modo que ninguém chegue muito perto. A emoção mais segura é uma depressão bem controlada — a raiva, a angústia, e até mesmo a alegria são muito propensas a balançar o barco. Na luta para sufocar sentimentos e suplantar necessidades, ele provavelmente termina com um estômago sensível,

sofre de melancolia ou bebe demais. Você está autorizada a mimá-lo se ele estiver doente. Está em sua descrição do cargo.

Lua em Aquário: Se ele tinha uma mãe que era inconstante e freqüentemente fria, tem muita dificuldade em lidar com as emoções e a dependência. Pode protestar veementemente contra as injustiças sociais e descarregar dessa forma grande parte de seus sentimentos. Quando você mostra emoções ou necessidades próprias, ele as descarta dizendo "ah, todo mundo passa por isso. A causa é a maneira como a sociedade está estruturada." As mulheres são vistas como companheiras de armas e espera-se que sublimem as próprias necessidades em favor da causa ou do objetivo do grupo. (O exemplar masculino positivo desse tipo pode ter tido uma mãe dedicada à mudança social, ou que foi uma pensadora avançada.) Se ele é capaz de cuidar de grupos inteiros, não precisa se envolver pessoalmente. Por meio do distanciamento, ele pode evitar ser invadido por coisas tão irracionais quanto as emoções. Quando chega o dilúvio, ele some. Muitos homens com esse signo lunar foram submetidos a perdas e separações traumáticas na infância. Nesse caso, ele não procura segurança num lar e num ambiente familiar tradicionais, e sim no compromisso com causas, idéias, ou o grupo. Conforme visto nas pessoas de Lua em Aquário, as emoções reprimidas podem irromper em explosões periódicas.

Lua em Peixes: É extremamente difícil lidar com essa posição numa cultura em que se espera que os homens ajam como Marte. Além de O. J., compartilham dessa Lua Michael Jackson e Elvis Presley. Os de Lua em Peixes, de ambos os sexos, têm imensa emotividade, sensibilidade e dependência, além de uma extrema brandura e espiritualidade. Nenhum desses traços é considerado nem remotamente aceitável nas culturas machistas. Para evitar a desaprovação esmagadora, ele talvez tente mascarar sua verdadeira natureza. Como é que uma Lua pisciana faria isso? Bem, ele consegue aprovação por "beber como um homem", e ser forte para a bebida. Ou, ele pode se tornar um padre ou um equivalente moderno. Outra solução é encontrar uma esposa que seja uma santa/ mártir/ escrava, exatamente como a mamãe — mas infelizmente as mulheres assim tendem a se desmoronar ou desintegrar. Se a pressão for grande demais, ele sempre pode se transformar num inválido crônico — ninguém

poderia condená-lo por isso. Para evitar qualquer uma dessas soluções drásticas, um homem com essa Lua deve trabalhar muito em suas emoções. Pode utilizar ferramentas como terapia e meditação para estabelecer uma boa conexão com seu inconsciente, seu hemisfério lunar e sua espiritualidade. Muitos também encontram uma saída emocional válida na música, na arte ou em outras expressões criativas.



Muitos desses signos ou aspectos lunares parecem bem difíceis. Se parecem, é porque são! Depois de anos sentindo pena das mulheres por causa do lugar que ocupam na sociedade, eu finalmente percebi que os homens também têm uma posição bem difícil dentro dela. Forçados a negarem suas emoções e o desejo que sentem de serem cuidados, podem acabar se sentindo alienados. Eles precisam de apoio para entrar em contato com a Lua. Os homens devem trabalhar conscientemente na integração do hemisfério lunar, porque isso irá ajudá-los a encontrar o equilíbrio e a integridade emocionais. Então poderão viver os lados mais positivos e saudáveis do signo, casa e aspectos lunares que lhe são próprios, evitando alguns dos problemas dessas leituras.

Os Homens e o Círculo do Ascendente Câncer

A partir do trabalho com este círculo tivemos a impressão de que ele conteria sugestões sobre como um homem pode reintegrar sua porção lunar. Fiquei surpresa em descobrir que o círculo também descrevia os aspectos mais paralisantes do machismo! O homem machista não passa de um tipo lunar enrustido! Deixe-me mostrar o que quero dizer.

Câncer na 1ª Casa: A áspera carapaça externa evita que as pessoas cheguem perto e esconde sua vulnerabilidade. O machista é autoprotetor, suscetível e rabugento.

Leão na 2ª Casa: Com freqüência, o eu é totalmente identificado com o próprio estatuto financeiro, portanto ele precisa se exibir e gastar para

impressionar os outros. Quando não é o principal provedor e não consegue manter o mesmo padrão dos vizinhos, sua auto-estima sofre.

Virgem na 3ª Casa: Ele é altamente crítico em relação a si mesmo e aos outros. O pensamento deve ser prosaico e analítico, abominando-se a intuição.

Libra na 4ª Casa: "Quero uma garota como a que se casou com meu querido papai." A parceira é sobretudo uma mãe, existindo para alimentá-lo e cuidá-lo.

Escorpião na 5ª Casa: Freqüentemente, ele se ressente das exigências feitas pelos filhos e considera os conflitos com eles disputas de poder que desafiam sua autoridade. Nas questões amorosas pode ser possessivo e ciumento, com o tradicional critério duplo, dizendo que as garotas com quem se tem sexo são mero passatempo. (No tocante a casamento, ver a 7ª casa.)

Sagitário na 6ª Casa: Excesso de comida e bebida pode ocasionar problemas de saúde, mas ele tipicamente vai jogar na sorte com a própria saúde, "Isso não vai acontecer comigo." Sua mais intensa sensação de bem-estar e de expansão acontece quando o trabalho está crescendo.

Capricórnio na 7ª Casa: A "patroa lá em casa", mais do que sua igual, é um peso e uma responsabilidade. Ele quer ser considerado autoridade absoluta e inquestionável dentro de seu casamento. Não permite à companheira transpor as paredes que o cercam. Apesar do que faz quando se mete em aventuras, é muito tradicional na escolha da companheira.

Aquário na 8ª Casa: "Ame-as e deixe-as". Ele adora a excitação e o encanto de uma nova aventura amorosa, mas cai fora assim que uma real intimidade começa a surgir, ou que o compromisso começa a ameaçar.

Peixes na 9ª Casa: Ele é idealista, porém confuso em relação a política e outras instituições, "Certo ou errado, meu país é o máximo." Quando bebe demais, costuma se meter em discussões filosóficas ou políticas.

Áries na 10ª Casa: Ele precisa exibir sua masculinidade para o mundo e lutar quando desafiado. Precisa ser um vencedor, constantemente lutando para ficar sempre por cima, e se sua autoridade for desafiada, tratará de atacar.

Touro na 11ª Casa: Seu senso de pertinência depende de estar em pé de igualdade com os demais. Valoriza a rede de conexões sociais, em que amigos são aqueles que podem ajudar você a progredir, e não aqueles com quem pode compartilhar emoções.

Gêmeos na 12ª Casa: Ele é inquieto demais para mergulhar em estudos do inconsciente ou de questões espirituais; ou então, quando o faz, é de uma forma intelectualizada. Talvez só fale de seus verdadeiros sentimentos depois de beber um pouco demais.



Exatamente como o círculo do Ascendente Câncer descreveu o machismo como uma defesa contra as qualidades lunares, ele também mostrou formas de reverter a tendência. Você pode extrair algumas idéias extras ao dar mais algumas voltinhas em torno deste círculo, mas, para o livro, já é tarde para novamente percorrê-lo em detalhes.

Câncer na 1ª Casa: Faça um esforço concentrado para sentir e expressar emoções num ambiente protetor. Use as mulheres de sua vida como modelo positivo para ajudá-lo a sintonizar-se com seus sentimentos e para cuidar de si mesmo enquanto os explora.

Leão na 2ª Casa: Aprenda a valorizar a si mesmo como ser ou essência, e não a sentir que seu valor depende de sua riqueza.

Virgem na 3ª Casa: Analise quais são suas verdadeiras necessidades e emoções e então trabalhe para comunicá-las. Quando surgirem problemas psicossomáticos, tente compreender quais são os conflitos reprimidos que seu corpo pode estar comunicando.

Libra na 4ª Casa: Faça de seu lar um lugar onde adquire um sentido de equilíbrio e harmonia. Mantenha os assuntos profissionais e domésticos em equilíbrio, para que nenhum dos dois sofram curto circuito.

Escorpião na 5ª Casa: Aprenda a encontrar prazer em sua própria companhia e na solidão. Adquira interesses criativos como maneira de regenerar a si mesmo. Saiba que seus filhos não são propriedade sua, e que a relação com eles não é uma disputa de poder, mas que a participação nas vidas deles pode ser regeneradora. Eles podem ajudar você a manifestar a criança que carrega dentro de si.

Sagitário na 6ª Casa: Não arrisque sua saúde — saiba que todos os excessos têm um custo. Veja o trabalho como um lugar de crescimento e aprendizado. Promova ações para manter o fluxo de informação nova, já que a estagnação mental no trabalho leva à estagnação física. Não esqueça de fazer ginástica, já que pode ser um verdadeiro estimulante físico e mental.

Capricórnio na 7ª Casa: Delegue alguma autoridade à sua parceira, para remover de cima de si mesmo um pouco da pressão. Analise seriamente seu relacionamento para ver que barreiras você pode ter criado. Assuma a responsabilidade de mudá-las para que suas próprias emoções e necessidades possam ser reconhecidas.

Aquário na 8ª Casa: Desprenda-se dos tradicionais estereótipos de papel sexual e experimente novas divisões de trabalho. Passar algum tempo consigo mesmo longe da família pode renová-lo e rejuvenescê-lo.

Peixes na 9ª Casa: Investigue as áreas espirituais da vida, já que elas dão uma perspectiva diferente das pressões de nossa cultura. Se de fato houver reencarnação, por exemplo, todos nós já fomos tanto homens quanto mulheres, em muitas vidas distintas, logo, ninguém é intrinsecamente homem ou mulher.

Áries na 10ª Casa: Reavalie seus objetivos. Se sempre teve vontade de seguir uma certa carreira, mas tinha medo de tentar, comece a fazer cursos naquela área. Você seria menos frustrado e ressentido se sua vida profissional fosse mais satisfatória.

Touro na 11ª Casa: Bons amigos são mais preciosos que ouro, portanto, invista tempo nas amizades em que pode compartilhar abertamente os sentimentos e sentir-se solidamente apoiado. Não abandone os amigos só porque está envolvido num relacionamento. Caso contrário, este se torna sua única fonte de apoio emocional, e o padrão causa distorções, pois então sua parceira é obrigada a satisfazer todas as suas necessidades — uma tarefa impossível.

Gêmeos na 12ª Casa: Dedique um esforço consciente a sondar suas emoções, seu inconsciente e o reino espiritual. Você vai achar isso um projeto fascinante, um modo de se conhecer melhor.



A sintonia com os atributos positivos do círculo do Ascendente Câncer pode ajudar os homens a equilibrarem seu lado lunar. Meditação, elaboração onírica (trabalho com os sonhos) e terapia: são maneiras de reconhecer o hemisfério lunar, para que ele possa formar com o hemisfério solar um todo integrado. O astrodrama, conforme ilustrado no capítulo 12, pode ser uma ferramenta proveitosa para se ter um diálogo com a Lua. Nós falamos sobre os grupos de apoio femininos como se os homens também não pudessem tirar partido da idéia. Eles precisam aprender como ser verdadeiros amigos uns dos outros e como confiar seus sentimentos a outros homens. Eles têm o direito à liberdade de gostarem uns dos outros e de se apoiarem mutuamente, sem temer que isto seja homossexualismo. Os grupos de homens ainda são raros, mas teriam imensa utilidade para quem está tentando explorar seu lado lunar.

Florais para Homens

Existem remédios florais para os homens? Claro que sim, desde que você consiga fazer com que os tomem! Muitos homens não aceitam tomar nem uma aspirina quando sentem dor, daí que talvez saiam correndo com medo de uma coisa tão abracadabra quanto os florais. Os recomendados

no capítulo 5, para integração das emoções fortes, podem ser acrescentados a praticamente qualquer mistura. O Dr. Bach encontrou um espectro completo de remédios para o sentimento de raiva, incluindo **Impatiens**, **Vervain**, **Cherry Plum**, **Willow** e **Holly**. Leia os textos especializados para ver qual deles se aplica. **Cherry Plum** é especialmente importante quando existe um padrão de violência. Numa emergência, não esqueça do **Rescue Remedy**, como um recurso para permanecer calmo e centrado. O floral **Sweet Pea**, da FES, ajuda as pessoas propensas ao comportamento anti-social. Os florais **Sunflower** e **Saguaro**, da Pegasus, ajudam quem tem pouca auto-estima ou problemas com a autoridade, derivados das dificuldades de relacionamento com o pai. Para os problemas com a mãe, voltemos aos florais **Mariposa Lily**, **Golden Eardrops** ou **Evening Primrose**, da FES.

Ouapiti Robintree encontrou aplicação no **Monkshood**, (Alasca, FES), para o homem que acha difícil a proximidade e sente-se pouco à vontade com crianças. Ian White, o co-fundador admiravelmente lunar da firma Australian Bush Essences recomenda, **Flannel Flower**, para aqueles que não gostam de serem tocados, principalmente os homens que sofreram abuso ou violência sexual. Cynthia Kemp, da Desert Alchemy, pretende produzir um kit masculino para combinar com o produzido para as mulheres. Sua primeira oferta, **Manifesting the Inner King**, é promissora. O floral, **White Desert Primrose**, de sua autoria, também ajuda os homens a se liberarem da imagem estereotipada do machão, para ficarem mais em harmonia com sua natureza essencial.

O Grande Massacre Marciano

Foi extremamente difícil neste capítulo (como em muitos outros), conservar-me distante e objetiva, quando tantos sentimentos estavam sendo mobilizados. Eu aprendi muitas coisas. Por exemplo, muitos traços com os quais eu tinha dificuldade de lidar, nos homens de minha vida, não eram uma falha deles — ou pior, FALHA MINHA ("Se eu fosse mais mulher, ele não") —, mas sim parte do condicionamento deles. Muito é sacrificado ao grande deus Marte — qualidades lunares que poderiam tornar os homens mais responsivos a sentimentos e necessidades. Embora

aquele sacrifício possa ter sido exigido em alguns momentos da História — a colonização das fronteiras ou os tempos de guerra — ele já não é necessário nem saudável a essa altura. É prejudicial, não só ao indivíduo, mas também a todos aqueles que têm de viver ou trabalhar com ele. Tal sacrifício contribui imensamente para as patologias de nossa cultura, como os crimes violentos que aumentam a cada ano.

O tema deste livro é a necessidade de se atentar para o lado lunar de nossa natureza. As pressões colocadas sobre os homens para que neguem essas qualidades são muito mais intensas do que qualquer pressão enfrentada pelas mulheres. Assim, os homens têm uma necessidade ainda maior de prestar atenção a seus hemisférios lunares. Nós, mulheres, devemos oferecer mais apoio aos que têm a coragem de satisfazer e expressar suas Luas, para que a situação possa começar a mudar. Nós sacrificamos muita coisa a Marte, todos nós, ao aceitarmos os estereótipos masculinos, mas não há razão para continuarmos a fazê-lo.

CAPÍTULO 14

LUA MINGUANTE — A MENOPAUSA E OS ANOS SEGUINTES

Muitas mulheres pensam na menopausa com uma mescla de terror, vergonha e temor à perda da feminilidade. Uma chave para se compreender a menopausa é que a fase constitui um limiar lunar importante, um momento em que as funções corporais lunares e os papéis lunares estão sofrendo profundas transformações. Nós analisamos outros limiares lunares extremamente distintos — a puberdade e o nascimento do primeiro filho. Em razão das grandes transformações nas áreas lunares da vida ocorridas durante este século, cada limiar é uma crise potencial, em que muita coisa pode não dar certo, a não ser que haja apoio para a mulher que a atravessa. Como os apoios tradicionais estão sendo rapidamente corroídos, existe a necessidade de um trabalho consciente para criar novos e adequados elementos de sustentação e mecanismos para lidar com a situação. Isso se aplica especialmente à menopausa, por causa de suas mudanças físicas e emocionais freqüentemente intensas.

O Terceiro Quarto da Lua — Os Anos da Menopausa

Como a Lua está tão ligada à feminilidade, ocorre-me que suas fases, conforme delineadas por Dane Rudhyar, em *The Lunation Cycle* (*O ciclo da lunação*), são uma metáfora das várias fases da vida de uma mulher.[1] Ele descreveu o primeiro quarto da Lua como a Crise da Ação, na qual as pessoas experimentam conflitos entre os aspectos solar e lunar de seu ser, mas os encenam em seu meio ambiente. Isso é semelhante à menarca,

[1] Dane Rudhyar, *The Lunation Cycle* (Santa Fe: Aurora Press, 1986).

na qual a mocinha vivencia a si mesma pela primeira vez como uma mulher e faz experiências com a feminilidade, enquanto se ajusta ao novo papel. A Lua cheia é análoga à faixa dos 30 anos, a plenitude da condição de mulher, quando sua maturidade é mais plena e publicamente reconhecida, seja no desempenho de tradicionais papéis femininos, seja como profissional, ou como ambos.

O Terceiro Quarto representaria os anos da menopausa. Rudhyar chamou esse quarto de Crise da Consciência. Os conflitos entre os aspectos solar e lunar da personalidade não são sentidos com menos intensidade do que no Primeiro Quadrante. Entretanto, eles estão mais internalizados que externalizados, as emoções introjetadas e freqüentemente sujeitas a intensa turbulência. Enquanto as adolescentes procuram no mundo exterior a validação de sua feminilidade, a mulher na menopausa deve freqüentemente se voltar para sua força interior e encontrar a validação de sua feminilidade dentro de si mesma. Em outros aspectos, as duas fases são semelhantes. Tanto a adolescente quanto a mulher na menopausa são atormentadas por transformações físicas e emocionais misteriosas, sobre as quais exercem pouco controle. Freqüentemente, sentem-se à mercê de seus corpos, constrangidas pelas manifestações externas, das quais imaginam que todos os circunstantes estarão tão conscientes quanto elas próprias. Elas estão a ponto de questionar o significado de ser mulher e se enquadrar nos papéis que a sociedade lhes designou.

Dadas as semelhanças, pensaríamos que elas iriam sentir uma afinidade natural pela luta umas das outras. Com freqüência, entretanto, elas se antagonizam e provavelmente consideram a outra como concorrente ou adversária. Existem, naturalmente, diferenças fundamentais, principalmente fisiológicas, pelo fato de a adolescente estar justamente começando seu ciclo reprodutivo enquanto a mulher que atravessa a menopausa está terminando o seu. Existe ainda uma diferença potencial na economia do direcionamento de energia, que é solar para a primeira e lunar para a segunda. Na fase intermediária entre a adolescência e a condição de jovem adulta, se os papéis tradicionais são considerados desejáveis e prioritários, o lado solar (autodesenvolvimento, auto-expressão), freqüentemente fica subjugado aos papéis lunares, desde esse momento até o Terceiro Quadrante. Para a mulher na menopausa, os papéis de proteger (lunares), tipicamente já não são necessários e as tarefas

solares podem novamente merecer o destaque. O ajuste para os respectivos papéis são portanto opostos, exatamente como as duas fases da Lua estão colocadas a 180° uma da outra.

O Escuro da Lua, ao qual Rudhyar atribui qualidades visionárias e proféticas, assemelha-se à fase da mulher sábia após a menopausa, fase em que a sabedoria e a experiência dão às mulheres mais velhas muito o que oferecer ao mundo, caso o mundo lhes dê ouvidos. Tornou-se moda — no apogeu do politicamente correto — para as feministas de 50 e tantos anos se referirem a si mesmas como bruxas. Como a palavra é incômoda, com certeza em razão de um condicionamento preconceituoso quanto à idade, eu jamais, em tempo algum, chamaria a mim mesma de bruxa! (Talvez eu não devesse dizer a palavra jamais. Um espírito poderia se apoderar de meu corpo e eu iria comer *tofu* e me referir a mim mesma como bruxa. Aí vocês saberiam que essa pessoa não era eu).

O Invisível Rito de Passagem, ou, "Eu NÃO Estou na Menopausa — Eu Só Estou Estressada!"

Na primeira edição desse livro, qualquer cogitação sobre a menopausa foi deixada inteiramente de lado. Naquela época, eu tinha 35 anos e não fazia a menor idéia do que implicava essa chamada mudança de vida. Parecia uma espécie de rito de passagem antiquado e pouco liberado, que se encarava com uma ponta de superioridade divertida. Era algo que acontecia com a mãe da gente, transformando-a em alguém cujo convívio era terrivelmente difícil, mas que jamais iria acontecer conosco, não é verdade? É claro que não iria acontecer com uma mulher moderna como eu, que havia atravessado anos de terapia, tomava suplementos vitamínicos, fazia exames de controle regulares e era realizada em sua carreira.

E foi então que ela me atingiu, e apesar do meu destacado Plutão em Leão, não vou lhe aborrecer com essa história de horror. Entretanto, depois de ler sobre a menopausa e aprender a reconhecer os inúmeros sinais, comecei a encontrar clientes e amigas que estavam negando o que lhes ocorria. Uma amiga que estava sentindo ondas de calor, resolveu que sofria de alguma doença estranha, provavelmente terminal, que lhe estava causando o que ela chamava de "febres." Como qualquer novo

conjunto de conhecimentos ou de técnicas de cura adquiridas por um astrólogo, quanto mais versada nessa fase da vida eu me tornava, maior a clientela que chegava a mim necessitada de informação. As mulheres entre 40 e 50 anos que vinham fazer leituras astrológicas e estavam atravessando os trânsitos principais da Lua, acreditavam tipicamente que estivessem enlouquecendo. Embora aliviadas ao descobrirem que estavam em seu perfeito juízo, não ficavam necessariamente encantadas com a possibilidade de estarem entrando na menopausa.

Nas ocasiões em que estão isoladas das mulheres mais velhas e dos laços de família extensiva, em razão da mobilidade geográfica, é exatamente quando fica ainda mais fácil para as mulheres negarem o fato de que a menopausa começou. ("Que bobagem! Eu ainda estou menstruando todos os meses!") Nós raramente reconhecemos que anos de alterações hormonais precedem o evento concreto da menopausa (literalmente, o fim da menstruação). Essas mudanças graduais podem criar oscilações de humor, uma regulagem da temperatura que provoca calafrios ou calor excessivo, problemas de concentração e de memória, e uma grande variedade de outros sintomas estranhos. A última menstruação, propriamente é com freqüência o ponto médio de uma década de alterações fisiológicas — fase que só acaba quando termina.

Nossa ignorância está mudando, já que existe agora uma fartura de livros sobre a menopausa. As mesmas feministas que nos lideraram a queimar sutiãs nos anos 60 — pensadoras articuladas como Erica Jong, Gloria Steinem, Kate Millet e Germaine Greer — estão agora nos liderando para uma menopausa liberada e pouco convencional. Elas estão agora na faixa dos 50, esbarrando naquele muro da menopausa e escalando-o para cair no da bruxice, escrevendo livros em que nos deixam compartilhar de seu conhecimento e processos de autodescoberta durante os últimos anos.

Um número cada vez maior de mulheres está deixando de lado a vergonha e os segredos sobre essa condição, e discutindo abertamente seus sintomas. À medida que aquela multidão de auto-obcecados que têm Plutão em Leão, a geração de pós-guerra, vai entrando na menopausa, iremos ouvir falar dos fogachos e coágulos negros de todas elas, exatamente como fomos forçadas, com bom êxito, a testemunhar suas psicanálises, sonhos, iniciação espiritual, famílias desajustadas e recuperação.

Quando a geração dos Yuppies, que veio a seguir, entrar na menopausa, esta possivelmente se terá tornado moda, embora uma moda *high tech.* Haverá sites de menopausa na Internet, onde poderemos, naquela abençoada condição de anonimato, conversar à vontade sobre suores noturnos, e quem sabe — nesta era em que tudo se escancara —, sobre o ressecamento vaginal.

Uma razão para a forte negação é o hábito de estereotipar os papéis femininos discutidos anteriormente. Com a ênfase colocada nos papéis lunares, as mulheres que se devotaram a preenchê-los podem se sentir desvalorizadas, quando o último filho deixa o lar ou quando um papel lunar é alterado. Os altos índices, apresentados entre as mulheres, de depressão, tentativas de suicídio e esgotamento mental ocorrem por volta da menopausa, principalmente entre os 50 e os 64 anos. Há mudanças hormonais que contribuem para os desequilíbrios emocionais; entretanto, esta não é a única resposta. Um estudo realizado em hospitais psiquiátricos, sobre a mulher de meia-idade, mostrou que um intenso envolvimento anterior no papel materno estava seriamente relacionado à depressão profunda.[2]

Estudos interculturais mostram que numa sociedade tradicional em que as avós são muito respeitadas, as mulheres não têm esses problemas emocionais na menopausa. Como prova adicional de que se trata da pressão do papel, e não de fatores biológicos, o auge dos problemas mentais e tentativas de suicídio para os homens ocorre aos 65 anos, quando eles se aposentam, ou durante longos períodos de desemprego.[3] Num importante e elucidativo texto de medicina chinesa intitulado, *Menopause — A Second Spring* (Menopausa — a Segunda Primavera), Honora Wolfe também assinala que nossa cultura é uma das piores em termos de menopausa. Ela afirma que nas culturas em que a idade traz poder e posição social, aproximadamente 100% das mulheres na menopausa não têm sintomas registrados. Entretanto, nas sociedades ocidentais, em que as mulheres mais velhas são menos valorizadas e respeitadas que suas irmãs mais novas, aproximadamente 80% das mulheres têm sintomas.[4]

[2] Janet Saltzman Chafetz. *Masculine, Feminine, os Human?* (Itascan, IL: F. E. Peacock Publishing, 1978.), p. 58.

[3] Ibid., p.231.

[4] Honora Wolfe, *Menopause — A Second Spring.* (Boulder: Blue Poppy Press, 1992), p.45.

Preparação do Corpo para a Menopausa

Gretchen Lawlor, que é naturopata, tem uma proveitosa perspectiva da fisiologia e da psicologia dos anos da menopausa e imediatamente anteriores. Ela diz que se você puder preparar o corpo para a menopausa, em vez de esperar o aparecimento dos sintomas, irá facilitar as coisas. Você precisa começar a pensar nisso por volta dos 40 — ou até antes, caso a menopausa seja induzida por cirurgia ou quimioterapia. O fígado e as suprarenais (que secretam adrenalina), são tremendamente sobrecarregados pela menopausa, enquanto os níveis de estrogênio vão gradualmente decrescendo. Embora os ovários não estejam tão ativos nessa transição, as células gordurosas produzem estrônio, uma outra forma de estrogênio, com a ajuda das suprarenais. Se as glândulas já estiverem sendo desafiadas por fatores decorrentes do estilo de vida, como má nutrição, trabalho muito estressante, problemas familiares ou abuso de cafeína, você provavelmente terá uma menopausa mais difícil, a não ser que trabalhe para reduzir esses fatores.

Durante a menopausa a reação natural do corpo é acumular uma camada extra de células gordurosas, como tentativa de proteger-se durante as mudanças. A mulher que abusa de dietas para seguir a moda ou aquela que é magra demais por natureza podem ter uma transição mais difícil. Elas precisam fazer o possível em favor das suprarenais, inclusive consumir o tipo correto de gorduras dietéticas, em quantidades moderadas, obtidas de fontes naturais. A carne vermelha não oferece o tipo certo de gordura. Por causa do alto nível de hormônios artificiais e antibióticos introduzidos na alimentação do gado bovino, a carne vermelha pode nos levar a armazenar subprodutos tóxicos em nossa gordura corporal, aumentando os problemas de saúde.

Gretchen acrescenta que durante esse estágio de transição, seria melhor você desacelerar, dando a si mesma mais momentos de repouso, para não forçar as suprarenais. Reabasteça sua força vital com atividades espirituais como meditação e contemplação. Continuar a trabalhar em excesso e a produzir em excesso — conforme a insistência do mundo solar — cria ressentimento, amargura e frustração. Desempenhar atividades estressante ou fazer coisas que você realmente não deseja leva a acumular raiva e aumenta o ressentimento e a frustração. Como você já deve

imaginar, trabalhar com o círculo do Ascendente Câncer e a faxina regular de seu hemisfério lunar lhe ajudará a manter o equilíbrio.

Apoios Herbais, Vitamínicos e Suplementares

As ervas podem ser um excelente apoio para as mudanças físicas da menopausa. No entanto, ao contrário das medicações vendidas sem receita que as pessoas tomam de forma tão casual, no caso das ervas você precisa saber o que está fazendo. O que funcionou como mágica para sua irmã ou sua melhor amiga talvez não sirva para você. Até a erva certa pode, às vezes, ser nociva se a dose for errada, ou administrada de forma incorreta. Quem tiver problemas sérios fará melhor consultando um herbanário experiente. Os nomes botânicos das plantas estarão listados entre parênteses. Espécies muito próximas podem ter efeitos muito distintos — por exemplo, uma espécie pode ser excelente para a cura, mas uma prima próxima pode não ter propriedades curativas, ou até ser tóxica.

Gretchen Lawlor afirma que a vitamina E é especialmente importante durante a menopausa e benéfica para os calores. (Quem sofre de hipertensão arterial talvez necessite monitorar o consumo de vitamina E, começando devagar e aumentando aos poucos.) O óleo de onagra (*Onenothera hookeri*), ajuda o corpo a ser mais eficaz na produção de seu próprio estrogênio. Ele também alivia o nervosismo e o ressecamento da pele e da vagina. A erva-de-São-João (*Hypericum perforatum*), é bem apreciada para esse período da vida, trabalhando para aliviar os calores, suores noturnos, depressão, fadiga, irritabilidade, retenção de liquido e perda de concentração. Também pode ser importante tomar suplementos de magnésio. Reforçar o fígado é a chave de uma saúde melhor durante a menopausa, incluindo vitaminas B6, C, E e todas as do complexo B com C. O apoio às suprarenais inclui vitamina B5 e C.

Matthew Wood é um excelente herbanista e homeopata dotado de especial talento no trato de distúrbios reprodutivos femininos. Ele foi meu médico durante os estágios agudos da menopausa e deu sua contribuição para este capítulo numa entrevista. Ele assinala que o corpo pode não absorver eficientemente certos suplementos de cálcio. O carbonato

de cálcio, descrito na seção sobre homeopatia, auxilia em casos de perda ou deficiência de cálcio, já que se encontra em forma rarefeita. Ele é derivado das conchas de ostras. O pó de pérolas da medicina chinesa (fabricado com pérolas pulverizadas), é uma das poucas fontes naturais de cálcio a serem bem absorvidas. Disponível em farmácias chinesas, este pó também dá um sentido de autovalorização e exerce um efeito intenso sobre a pele, fazendo-a brilhar. Para outras fontes naturais de cálcio, coma todas as plantas da família da couve, além de nozes, a não ser que as gorduras sejam mal toleradas.

A agripalma (*Leonurus cardiaca*), é um importante remédio herbal na menopausa. Matt afirma que é especialmente indicada em casos de ondas de calor, palpitações cardíacas, problemas na coluna, irritabilidade e uma ansiedade ou sobressalto que pode advir de um leve hipertireoidismo. A irritabilidade na menopausa também pode reagir bem à tintura herbal ou à dinamização homeopática da camomila. As pessoas potencialmente necessitadas podem ser vingativas, com baixa tolerância da dor e propensas a reclamar muito. Os tipos preferenciais para a agrimônia podem estar sofrendo igualmente, porém são capazes de ocultá-lo. Pode-se usar a tintura herbal de agrimônia (*Agrimonia eupatoria*), ou o floral de Bach, **Agrimony**. Para sangramento excessivo Matt utiliza uma tintura feita da planta bolsa-de-pastor (*Capsella bursa pastoris*).

Ele recomenda, *a Dioscorea villosa*, para a fase anterior à menopausa, os anos de transição entre os 38 e 46 anos. Ao contrário de alguns herbanários, Matt não considera proveitoso o uso da erva depois do começo da menopausa. As mulheres que dela necessitam trabalham em excesso, com algum grau de esgotamento lunar. As coisas estão um tanto desintegradas, mas sem chegar a um ponto crítico e, seja como for, elas vão em frente. É indicada para o nervosismo, freqüentemente quando estamos trocando os nomes das coisas. Pode haver espasmos ou deterioração das articulações da bacia. Ela pode ser encontrada sob forma herbal em tintura, homeopaticamente em baixas dinamizações de 3X a 30X, ou até em inhames comprados no supermercado (não é batata doce). Um teste para saber se você está precisando ou não do remédio é comer alguns inhames e ver se está se sentindo melhor.

A osteoporose (perda de cálcio e perda óssea), é uma seqüela da menopausa que pode ser aliviada com ervas. Um excelente remédio herbal

que você não conseguirá experimentar é o confrei (*Symphytum officinalis*), amado pelos herbanários durante séculos, pelos efeitos fortalecedores que tem sobre as articulações e os ossos. Recentemente, entretanto, realizou-se um estudo no qual animais de laboratório foram alimentados à força com doses maciças de confrei. Não ficou explicitado se os pesticidas tinham sido lavados ou não, mas depois de estarem numa dieta de confrei por longo tempo, algumas das cobaias apareceram com câncer. As pequenas empresas que trabalham com ervas não têm a seu dispor a dispendiosa assessoria jurídica de que dispõem as empresas que despejam lixo tóxico no meio ambiente, portanto a FDA e suas comparsas confiscaram internacionalmente o confrei das prateleiras das lojas de produtos naturais.

Se você for tão teimosa a ponto de insistir em experimentar alguma coisa da qual seu governo está tentando lhe proteger, com certeza encontrará confrei no fundo de velhos quintais, ou deliberadamente cultivada por nefandos delinqüentes da Nova Era. A boa notícia é que o confrei está à venda em forma homeopática, uma forma tão rarefeita que o deixa isento de qualquer possível efeito remotamente tóxico. Em baixas dinamizações, como 6X, ele tem tido excelentes efeitos para curar osteoporose e fraturas ósseas. Tismal, um médico indiano que ensinou muitos remédios a Matt, recomenda uma mistura das ervas eupatório (*Eupatorium perfoliatum*), e agripalma, com um ativador, a exemplo da lobélia.

Medicina Chinesa, Acupuntura e Menopausa

A secular medicina chinesa tem muito a oferecer, não só no tratamento dos sintomas da menopausa, mas também como auxílio a uma passagem suave através desses anos. A medicina chinesa inclui a manipulação e a ativação do fluxo do *chi* (energia da força vital) através dos meridianos da acupuntura. O sistema é muito diverso da medicina ocidental, e eu não conseguiria aqui contar sobre ela senão uma pequena parte. Releia o material do capítulo 10 para conhecer a perspectiva chinesa do ciclo menstrual e o papel desempenhado pelo ligado.

A explicação abaixo é retirada de um resumo escrito para este capítulo pela acupunturista Linda Joy Stone. As mulheres têm ciclos de 7 anos — como as fases da Lua progredida — culminando na menopausa

por volta dos 49 anos (7x7). As funções do baço (digestão) e rins são responsáveis pela criação do sangue e da energia. O sistema renal é como a luz-piloto do corpo e vai se dissipando à medida que envelhecemos, assim como fazem as funções digestivas. Não é considerada saudável uma menopausa precoce, nem tampouco uma menopausa tardia.

A menopausa serve como um mecanismo homeostático natural. Embora a consideremos um sinal de envelhecimento, ela realmente retarda este processo. Caso prosseguisse, após os 49 anos, a perda de sangue da menstruação, poderíamos realmente perder excesso da essência e sentir fraqueza. Com a suspensão da menstruação, a essência que seria perdida mensalmente pode se consolidar, e as mulheres podem manter-se em boa saúde por mais 20 ou 30 anos. A continuação do sangramento depois dos 49 anos, como ocorre nas mulheres que estão em terapia de reposição estrogênica, poderia debilitar o sangue e o chi.

Você precisa de um chi saudável e forte para movimentar o corpo, e de sangue vigoroso suficiente. O chi (Yang) e o sangue (Yin) são recíprocos por natureza e reforçam a função um do outro. Quando há deficiência de chi ou de sangue os sintomas incluem fraqueza, fadiga, tonturas ou anemia. O esgotamento do Yin (do sangue, substância, ou umidade), pode levar as funções Yang a se tornarem intermitentes ou se inflamarem, gerando dores de cabeça, ondas de calor, suores noturnos, ressecamento vaginal e cutâneo, insônia ou irritabilidade.

Se você se lembra de nossa discussão no capítulo 10, na medicina chinesa o sangue rege a natureza psicoespiritual e é afetado pela raiva. Ele é responsável por armazenar e movimentar o sangue e o chi suavemente através do corpo. Se houver qualquer estagnação ou restrição ao chi do fígado, freqüentemente devido a estresse ou problema emocional, então podem resultar espasmos, enxaquecas, tendinites, ansiedade ou depressão. O fígado é também responsável pela regularidade, volume e fluxo das menstruações. Qualquer coisa que perturbe o fluxo suave da energia do fígado possivelmente terá um efeito negativo sobre a menopausa.

A tradicional medicina chinesa reconhece que o estilo de vida influi significativamente no fato de se ter uma menopausa difícil ou não. Uma mulher que tenha um padrão permanente de ansiedade, depressão, estresse, má alimentação e excesso de trabalho está mais predisposta a uma

menopausa difícil (ou a períodos menstruais difíceis), do que uma pessoa que leve uma vida mais equilibrada e moderada. Infelizmente, vivemos numa sociedade frenética que não se presta a equilíbrio e harmonia. Comemos às pressas, passamos por estresse e ansiedade e com freqüência estamos rodando no vazio. Um resultado disso é a fadiga crônica, e também uma menopausa difícil. A boa notícia é que a acupuntura pode ser muito eficiente em aliviar os sintomas físicos e emocionais da menopausa, ao suavizar o chi do fígado, fortalecendo o baço e as funções renais, e acalmando a mente e o espírito.

A fitoterapia chinesa pode ser um excelente coadjuvante para tratar os sintomas da menopausa. Entretanto, Linda acentua que o diagnóstico e a prescrição dessas ervas têm de ser feita individualmente, de acordo com o quadro clínico apresentado. Pode-se tomar uma fórmula específica durante um tempo, para aliviar os principais sintomas de excesso. Depois, uma fórmula a longo prazo pode ser acrescentada especificamente, para corrigir as causas na raiz da deficiência. Padrões de escassez e de excesso podem aparecer simultaneamente. Portanto, as deficiências devem ser supridas e os excessos diminuídos, coisa que uma combinação de ervas e acupuntura pode resolver. A fitoterapia chinesa se baseia em propriedades energéticas como o quente/morno, gelado/frio, neutro, picante, doce e amargo. Uma fórmula típica iria normalmente incluir uma combinação dessas propriedades, sendo algumas mais frias e outras mais quentes. Se uma mulher apresenta suores noturnos, ou ondas de calor, e equivocadamente toma ervas que sejam muito quentes como o Ginseng coreano, os sintomas poderiam ser exacerbados. Por isso não se recomenda tomar por conta própria uma série de ervas parecidas, sem se ter um conhecimento razoável das propriedades e efeitos colaterais das mesmas. O melhor é consultar um médico licenciado.

Homeopatia como Apoio à Mulher na Menopausa

A homeopatia é uma forma alternativa de cura que começou a ser praticada no final do século XVIII. Ainda é reconhecida pelo mundo afora como uma fórmula válida de tratamento, e até usada em hospitais, exceto

nos Estados Unidos, onde a Associação Americana de Medicina conseguiu virtualmente suprimi-la aí pelos anos 20. Ela é um tanto semelhante aos florais, pelo fato de ambos funcionarem no nível vibratório, através do corpo energético. Entretanto, os remédios homeopáticos são muito mais potentes e trabalham mais intensamente sobre os sintomas físicos, além dos sintomas emocionais. Quando entrei na menopausa, os remédios homeopáticos constituíram minha principal modalidade de tratamento e me ajudaram tanto que fico tremendo só em pensar o que teria sido aquele período sem essas medicações. Dois dos homeopatas com quem trabalhei ao longo dos anos, Matthew Wood e Brendan Feeley, contribuíram com a informação constante dessa seção.

Se os seus sintomas de menopausa estão muito fortes, você deve se consultar com um homeopata qualificado em vez de tentar fazer tudo sozinha. Onde houver sérias complicações físicas, como sangramento abundante ou problemas cardíacos, seria melhor consultar um médico, principalmente um médico/homeopata. O Centro Nacional de Homeopatia dos Estados Unidos tem um registro de homeopatas qualificados, todos eles profissionais diplomados da área de saúde — inclusive médicos osteopatas, naturopatas, quiropráticos, enfermeiras e dentistas.

O tratamento homeopático se apóia em princípios muito diferentes dos adotados na medicina alopática (ocidental), daí ser importante estar bem-informada sobre como trabalhar com ele. Não aplique as mesmas regras que aplicaria com medicações receitadas ou vendidas sem receita. Por exemplo, uma única dose do remédio correto, tomada tão esporadicamente quanto uma vez por mês, pode aliviar imensamente os sintomas. Entretanto, em certas dinamizações e situações, você talvez precise doses diárias durante várias semanas.

Dinamizações mais altas como 200c, 1M, ou até às vezes 30c devem ser tomadas somente sob recomendação de um homeopata qualificado, já que um remédio errado pode causar problemas. Com o remédio correto, até mesmo 6x pode produzir excelentes resultados — sendo mais importante a correção do que a dinamização. Lojas de produtos naturais geralmente veiculam a dinamização a 30c, que provavelmente é alta demais, logo você pode encomendar dinamizações mais baixas. É importante saber que não se deve continuar a tomar um remédio se ele não tiver

funcionado depois de algumas doses, pois é possível que não esteja correto. Se você insistir em tomar o remédio incorreto, pode acabar "comprovando" o remédio — isto é, apresentando os próprios sintomas que devem ser curados pelo remédio. Você não vai querer misturar os remédios, pois cada um deles tem um perfil distinto e, em geral, não-coincidente.

Embora os homeopatas discordem entre si a tal respeito, você talvez queira parar de usar outros remédios vibratórios, como os florais e óleos de aromaterapia, para conseguir uma visão mais clara da maneira como está reagindo. Também é preciso que saiba que se não conseguir abolir o café (inclusive o sem cafeína) durante o tratamento, a homeopatia talvez não funcione para você, especialmente nas dinamizações mais altas. O problema não é a cafeína, e sim os óleos aromáticos, pois eles podem funcionar como antídoto para seu remédio; portanto, quantidades moderadas de chá ou de refrigerantes podem ser consumidas. Outros óleos aromáticos que podem interferir são os de menta — mesmo na pasta de dentes ou no enxágüe bucal — ou qualquer coisa contendo cânfora, como os inalantes nasais. Alguns óleos de aromaterapia podem neutralizar seu remédio. Manipule os glóbulos o mínimo possível, sem jamais tocá-los com as mãos, coloque-os debaixo da língua. Tome a dosagem meia hora antes de qualquer alimento, bebida ou uso de dentifrício.

Talvez você esteja pensando que a homeopatia envolve muitas regras e considerações. Você está certa, e a homeopatia não é para qualquer um, nem é fácil encontrar um bom homeopata. Dentro dessas qualificações e seguindo as regras, entretanto, os remédios homeopáticos podem ser uma bênção durante a menopausa. Eles trazem um profundo alívio sistêmico que poucos medicamentos alopáticos oferecem, e sem terem os mesmos efeitos colaterais. Quando você ler a descrição dos remédios abaixo, verá o que eu quero dizer. Os florais são mais fáceis de ajustar e mais prontamente sujeitos à auto-administração, porém não são tão poderosos para esses objetivos. No dia a dia, os florais são mais fáceis de usar, mas nos períodos liminares ou numa crise, você talvez deseje cogitar da homeopatia.

Brendan Feeley concorda com as descobertas tradicionais de que, o

Lachesis, é um remédio importante para a menopausa. Quando tomado em baixa dinamização, digamos 12C ou 12X, use uma dose por dia até que os sintomas tenham passado. Se você estiver usando 30C ou 30X, tome somente uma vez por mês. Ele ajuda nos casos de ondas de calor, flutuações da energia, palpitações cardíacas, dores de cabeça, hemorróidas, hipersensibilidade ao toque, e fluxos menstruais escuros e intensos. O tipo de pessoa que pode se beneficiar com esse remédio é aquela que se torna muito intensa, apaixonada e ciumenta, ou até desconfiada. Ela agride as pessoas e existe ali um desejo de vingança (isso poderia coincidir com a quadratura de Plutão ao Plutão natal, na fase da meia-idade.) Normalmente, o quadro está associado a grande loquacidade, ou mesmo a um discurso sob pressão e superestimulação, em busca de uma válvula de escape. Existe insegurança, que freqüentemente aflora com intensidade durante a menopausa.

Matthew Wood considera que, o Lachesis, funciona melhor para quem já tinha esse tipo, que na menopausa se agravou, freqüentemente de forma séria. Para ele o baluarte da menopausa é o carbonato de cálcio. Trata-se de cal homeopática, portanto é como cal dos alicerces — ele funciona como argamassa colocada de novo entre as pedras. Freqüentemente, as pessoas que necessitam disso sentem suas fundações se desagregando. Elas também têm medo de se desintegrarem — física, mental e emocionalmente. O remédio unifica as coisas e faz as pessoas se sentirem mais integradas. Elas freqüentemente sentem que o mundo, inclusive as pessoas-chave em suas vidas, não lhes dão apoio e se sentem solapadas. Elas se preocupam, perdem a confiança e se tornam ansiosas, principalmente ao cair da noite. É geralmente um bom remédio para o tipo lunar, porque qualquer ataque aos alicerces provavelmente causará muita insegurança. O carbonato de cálcio exerce um forte efeito sobre aos ossos, ondas de calor, fluxo menstrual e tônus da bexiga e dos músculos. Um indicador importante de que se trata do remédio correto é que freqüentemente ocorre sudorese nas palmas das mãos e dos pés.

Matt acredita que o carbonato de cálcio seja uma importante fórmula de transição, pois oferece estabilidade às pessoas que estão atravessando limiares como a dentição, o primeiro dia do jardim de

infância, a puberdade, a saída de casa, os ciclos de Saturno e a menopausa. (Estamos chamando de lunares alguns desses limiares, mas talvez sejam lunares todos os que figuram nesta relação.) O remédio pode ser especialmente importante nas mudanças hormonais. Ele dá estrutura às pessoas que estão sofrendo uma mudança — como a mudança de vida. Ele alivia a insegurança de atravessar um limiar. As indicações para o carbonato de cálcio são tão claras, uma vez que você entenda o conceito de limiar, que dificilmente será um diagnóstico errado. Matt acha que ele funciona bem em baixas dinamizações, mas 30X quase nunca falha. Em situações agudas, tome-o 3 vezes ao dia durante vários dias, até os sintomas passarem, e, a partir daí, uma vez por dia, depois, uma vez por semana, e então coloque-o no armário de remédios e tome-o de vez em quando. Não é necessário repeti-lo de vez em quando durante essas fases liminares.

O carbonato de cálcio é também um bom remédio homeopático para as dores artríticas e calcificações, sendo um dos poucos remédios que descalcifica. A estrutura inteira de uma pessoa pode estar artrítica e calcificada. Contra a osteoporose, o fosfato de cálcio do sal calículo, em dinamização de 6x, é recomendado por Matt e Bredan. Matt diz que as pessoas que o necessitam são altas, delgadas, com pescoço curvado, que tendem à descalcificação. (Pessoas altas e delgadas são geralmente mais propensas à osteoporose.) Dois remédios adicionais para esse problema são Calcarea Fluorica e "Osteogenics", nome comercial de um produto.

Sépia é freqüentemente usada pelos homeopatas para a menopausa, principalmente com calores e prolapso uterino, mas também com outros tipos de prolapsos como o de vesícula, intestinos ou hemorróidas. O verdadeiro tipo para a Sépia é a dona de casa ou profissional sobrecarregada de trabalho, quando está estressada e esgotada. Ela precisa se recolher e se esconder para cuidar de si mesma, porém não pode fazê-lo por causa de suas responsabilidades. (O remédio Sépia é fabricado a partir da lula, que despeja na água uma camada de tinta negra para se esconder do perigo. A lula é mais um tipo de crustáceo e intimamente relacionada com a ostra, a fonte de carbonato de cálcio.) Os tipos Sépia amam suas famílias e talvez adorem o papel de donas de casa, mas se sentem tão esgotadas que não conseguem agüentar as duas coisas ao mesmo tempo.

O remédio não está indicado somente na menopausa, mas em outras ocasiões quando existe aquilo a que nos referimos anteriormente como um esgotamento lunar. Onde os sintomas são mais mentais e emocionais e sem sérios prolapsos, ele funciona bem nas dinamizações de 6X, 12X e 30X, talvez tomados 3 vezes ao dia, durante alguns dias, e depois sempre que necessário.

Tanto Bredan quanto Matt consideram que outro remédio para os calores é a Pulsatilla, que ajuda quem tem o sangue quente e se sente mal em ambientes aquecidos, porém se sente bem ao ar livre. Eles são afetados por comidas gordurosas e condimentadas. O tipo que pode se beneficiar desse remédio é emocionalmente lábil, lacrimoso, genioso e mutável. Essas pessoas adoram ser consoladas e cobram dos relacionamentos — "Você me ama? Diga que mc ama." Eles talvez se sintam esquecidos e isolados, e com freqüência são delicados, tímidos e facilmente influenciados. (Esse remédio também é bom para TPM.) Tome-o nas dinamizações de 12X ou 30X, de 1 a 3 vezes ao dia durante alguns dias, e depois sempre que necessário, como antes da menstruação. (Só não comece a tomá-lo constantemente, já que assim você acabará reforçando os sintomas.) Alguns remédios adicionais que são tradicionalmente considerados para sintomas da menopausa são Sulphur, Caulophyllum, Sanguinaria e Cimicifuga racemosa, outra planta que Matt descreveu brilhantemente em seu livro.[5] Para um discernimento claro, quando os sintomas apresentados forem graves ou conflituosos, seria melhor consultar um homeopata.

Rumo aos Anos Prateados

Arnold Lieber considera os anos de madureza como uma época mais lunar da vida e considera que os idosos são mais afetados pelas Luas cheia e nova. Talvez, então, mais que anos dourados, nós devêssemos chamá-los de anos prateados, pois a prata é o metal da Lua, enquanto que o ouro pertence ao Sol. Uma expectativa de vida ampliada e baixos índices de natalidade estão se combinando para nos transformarem, cada

[5] Matthew Wood, *Seven Herbs: Plants as Teachers.* (Berkeley, CA: North Atlantic Books, 1987).

vez mais, numa nação de idosos. Aqueles trânsitos de planetas exteriores para os planetas cancerianos dos Estados Unidos refletem o fato de que nossa população, além de estar se tornando cada vez mais velha, também está ficando predominantemente feminina.

Muitos idosos se prepararam conscientemente para a aposentadoria, não só no aspecto financeiro, mas também pela adoção de interesses mentais com que possam se ocupar. Liberados do trabalho, eles podem empregar esse estágio da vida para crescimento intelectual, e explorar os talentos e habilidades que negligenciaram enquanto as responsabilidades da família e da profissão ocuparam a maior parte do seu tempo. Os anos da velhice podem ser um tempo para maior crescimento da consciência. Como não há mais grande assistência familiar, a pessoa idosa será forçada a adquirir mais independência e uma rede de amigos em que se apoiar. Este é o derradeiro limiar lunar, uma época em que a pessoa faz jus ao direito de relaxar e ser lunar. Eu não tenho sábias palavras para os anos prateados, mas talvez, se eu ainda estiver por aqui para mais uma outra edição deste, dez anos depois da passagem do milênio, compartilharei com você o que tiver aprendido neste ínterim.

CAPÍTULO 15

TERREMOTOS LUNARES — TRÂNSITOS POR SUA LUA NATAL

ADVERTÊNCIA! Este capítulo pode ser perturbador. Ele contém situações ADULTAS — e eu não estou me referindo a sexo!

Um trânsito difícil pela Lua natal não é nenhum piquenique — ou talvez eu devesse dizer que não é nenhum passeio à luz da Lua. Ele mobiliza sentimentos há muito reprimidos, os relacionamentos que temos com a mãe e outras mulheres de importância crucial, a vida doméstica, a história da família e outras questões críticas. Um trânsito forte pela Lua natal pode abalar diversas áreas lunares ao mesmo tempo. O passado volta para nos assombrar, os esqueletos saem de dentro do armário, e somos forçados a encará-los no olho.

Aqui você irá aprender sobre os trânsitos da Lua natal pelos planetas exteriores — Saturno, Quíron, Urano, Netuno e Plutão. Esses trânsitos freqüentemente marcam a travessia dos principais limiares lunares, como a paternidade ou maternidade e a menopausa. Mudanças são difíceis para a maioria das pessoas, mas as áreas lunares da vida são aquelas onde menos aceitamos mudar— elas são nossos cobertores de segurança. Vamos analisar os efeitos extremos dessas mudanças e como podemos lidar com elas.

Se você está tendo um trânsito difícil por sua Lua natal, este livro pode funcionar como um manual de sobrevivência. O hemisfério lunar está enfrentando uma turbulência, e assim podem ser acionadas todas as maneiras de readquirir o equilíbrio em discussão nos capítulos anteriores e no próximo. Mais uma vez, estudaremos os florais que ajudam nessas transições. Dois dos florais mais úteis para a aceitação da mudança são

Walnut, de Bach, para períodos de transição e **Henbane**, da Pegasus, para você sair da frente e permitir que a transformação ocorra.

Como Localizar os Principais Trânsitos por sua Lua

Conforme mencionado anteriormente, eu utilizo mais os trânsitos que as progressões, em meu trabalho. As progressões funcionam, e a Lua progredida, de movimento relativamente rápido, é um indicador temporal importante entre as progressões. (Ela se move a uma média 12° 05, em dois anos e meio, exatamente como a Lua em trânsito completa um signo em aproximadamente dois dias e meio.) O signo da Lua progredida parece coordenar-se com mudanças na ênfase da casa e no clima emocional geral ou humor predominante. Entretanto, sou uma astróloga singela e descomplicada, que está sempre tentando manter a simplicidade do mapa, para não interferir no intercâmbio deste com o consulente. Os trânsitos têm sido mais produtivos para mim, portanto fico com eles. Para acrescentar os aspectos da Lua progredida, consulte o livro de Nancy Hastings, *Secondary Progression: Time to Remember* (publicado por Samuel Weiser, York Beach, ME, 1984), ou o de Bernadette Brady, *The Eagle and the Lark: A Textbook of Predictive Astrology* (também publicado por Weiser em 1992).

O principiante talvez queira seguir os trânsitos conseguindo uma interpretação em computador. Essas listagens cobrem o mapa todo, mas identificam trânsitos por sua Lua no ano corrente. Se você preferir uma leitura feita por um astrólogo profissional, peça informações específicas sobre sua Lua natal e também sobre qualquer trânsito recente ou vindouro que venha a afetá-la.

O estudante de astrologia talvez lucre em elaborar uma lista de graus de todos os aspectos possíveis de trânsito pela Lua. Anote-os em ordem crescente — de 0 a 29 — e não pelo signo, para facilitar a combinação dos números. Os trânsitos mais difíceis ou fortes são os aspectos difíceis que resultam da divisão do ângulo reto de 90°. Eles incluem a conjunção, a semiquadratura, a quadratura, a sesquiquadratura, a oposição e o muitas

vezes ignorado quincunce. Mas até um trígono, pode produzir um abalo nessas sensíveis áreas lunares. Embora a mudança possa ocorrer mais suavemente com um trígono do que com uma quadratura, o ajuste emocional da mudança é difícil para a maioria de nós.

Embora muitos textos mencionem o quincunce como um aspecto menor, ao longo dos anos fui descobrindo que ele é poderoso. O quincunce, também conhecido como inconjunto, é o ângulo de 150° a partir do planeta natal, nos dois signos que distam 5 signos daquele em que o planeta está localizado. Ou seja, um planeta que esteja a 5° de Virgem tem 2 possíveis pontos de quincunce — 5° de Aquário e 5° de Áries. Do ponto de vista natal, o quincunce está em efeito por aproximadamente 3° da órbita — quincúncios em trânsito também podem ser sentidos pela mesma extensão. Os efeitos podem ser sutis e Internos, no começo, até o quincunce estar quase exato, quando podem começar a se manifestar externamente.

Quando um planeta em trânsito forma um quincunce com a Lua de alguém, ocorre uma pressão para mudar o funcionamento da pessoa nas áreas lunares. Você pode se afastar dos modos operacionais de sua Lua natal para um novo modo de funcionamento semelhante ao do signo do planeta em trânsito. Os signos que estão em quincunce com outros são piores que incompatíveis — são praticamente irreconciliáveis. A tensão resultante é difícil de administrar, mas leva você a se esticar. (O quincunce Câncer-Aquário foi um dos temas deste livro, ilustrando as tensões que podem surgir entre dois signos dessemelhantes.)

Durante os últimos anos, Netuno em trânsito por Capricórnio tem sido planeta de quincunce para Gêmeos e Leão. Estes dois signos, que adoram diversão, mas que às vezes são irresponsáveis, têm sido forçados a encarar mais seriamente a vida e a si mesmos. Eles terminaram assumindo mais responsabilidades e se esticando para funcionar de forma mais profissional. Tanto Netuno quanto Urano transitaram por Capricórnio por aproximadamente uma década, mas ambos vão agora entrar em Aquário, formando quincúncios em algum ponto pelas Luas de Virgem e Câncer. Enquanto Plutão se muda para Sagitário, em algum ponto estará em quincunce com as Luas de Touro e Câncer.

A tabela 12, mostra a extensão coberta pelos planetas exteriores, a cada ano, de 1980-2000. Como eles se movem muito devagar, seus movimentos prospectivo e retrospectivo sobre qualquer grau específico do zodíaco, podem continuar durante dois ou três anos, assinalando um processo e não uma ocorrência isolada. Se você no momento não está tendo nenhum trânsito por sua Lua, talvez ache interessante rastrear os aspectos passados e descobrir o que esteve acontecendo naquela ocasião. Se estiver prestes a encarar tais condições no futuro, use o intervalo de agora na elaboração de questões lunares, para ficar mais fácil o trato com elas quando chegar a hora.

Quíron e Sua Ligação com a Lua

Pela primeira vez, estou incluindo Quíron. Não sou especialista, e estive apenas observando seus efeitos. Preciso confessar que até pensei, durante algum tempo, que essa história de Quíron podia ser ilusão, já que ele parecia tão igual a Plutão em seu funcionamento. Evidentemente, minha conjunção de Ascendente-Plutão-Quíron-Marte evita que eu veja Quíron com clareza! Foi só depois de ouvir Sheila Belanger delinear as posições dos 12 signos de Quíron que eu percebi como ele opera de forma diferente na vida dos outros.

Portanto, quando chegou a hora de escrever este capítulo, pedi ajuda à minha amiga Joyce Mason. Ela é a efervescente e espantosamente produtiva editora de *Chironicles*, a publicação inteiramente dedicada a Quíron.[1] Quando chegar ao segmento referente a Quíron deste capítulo, saiba que Joyce o escreveu e me deu permissão para utilizá-lo. Os parágrafos seguintes se baseiam na explicação que ela me deu sobre a ligação inerente de Quíron com a Lua.

[1] Para informações ou números atrasados, escreva para *Chironicles*, Joyce Mason, Editor, Chironicles Press, P.0 Box 41127, Sacramento, CA 95841.

TABELA 12. MOVIMENTOS DOS PLANETAS EXTERIORES, 1980-2000

Essa tabela mostra o alcance do movimento dos planetas exteriores a cada ano, entre 1980-2000. Enquanto esses planetas se movem lentamente aparentando fazes um movimento retrógrado, eles podem levar alguns anos para terminar a travessia de um grau zodiacal específico.

ANO	SATURNO	QUÍRON	URANO	NETUNO	PLUTÃO
1980	20 VI-9 LI	10-18 TO	21-28 ES	19-23 SG	18-24 LI
1981	3-21 LI	13-22 TO	26ES-2 SG	22-25 SG	21-26 LI
1982	15 LI-2 ES	18-27 TO	0-6 SG	24-27 SG	24-29 LI
1983	29 LI-12 ES	23 TO-2 GE	5-10 SG	26-29 SG	26 LI-1 ES
1984	10-21 ES	28T0-8 GE	9-13 SG	29 SG-1 CP	29 LI-3 ES
1985	21 ES-1 SG	3-14 GE	14-17 SG	0-3 CP	1-6 ES
1986	3-14 SG	9-21 GE	18-23 SG	3-5 CP	4-9 ES
1987	14-25 SG	15-28 GE	22-27 SG	5-7 CP	7-11 ES
1988	25 SG-5 CP	24 GE-7 CN	27 SG-2CP	7-9 CP	9-14 ES
1989	5-15 CP	1-16 CN	1-5 CP	9-12 CP	12-17 ES
1990	15-25 CP	10-27 CN	5-9 CP	12-14 CP	14-19 ES
1991	25 CP-6 AQ	21 CN-9 LE	9-13 CP	13-16 CP	17-21 ES
1992	5-18 AQ	3-23 LE	13-17 CP	16-18 CP	20-23 ES
1993	16 AQ-0 PE	17 LE-9VI	17-22 CP	18-20 CP	22-25 ES
1994	27 AQ-12 PE	2-26 VI	21-26 CP	20-23 CP	25-28 ES
1995	8-24 PE	20 VI-13 LI	25 CP-0 AQ	*22-25* CP	27 ES-0 SG
1996	19 PI-7 AR	7-29 LI	29 CP-4 AQ	24-27 CP	0-3 SG
1997	1-20 AR	25 LI-15 ES	3-8 AQ	26-29 CP	2-6 SG
1998	13 AR-3 TO	12-28 ES	7-12 AQ	28 CP-0AQ	5-8 SG
1999	26 AR-16 TO	27 ES-11SG	10-16 AQ	1-4 AQ	7-11 ES
2000	10 T0-0 GE	11-21 SG	14-20 AQ	3-6 AQ	10-13 SG

Antes da descoberta de Quíron, o astrólogo e filósofo Dane Rudhyar previu que seria encontrado um corpo celeste entre Saturno e Urano, que atuaria como "uma Lua superior". Quando o cometóide Quíron foi descoberto em novembro de 1977, ele estava retrógrado, a 3°08ª de Touro, o grau tradicionalmente atribuído à exaltação da Lua. No mapa da descoberta, Quíron está na 4ª casa e a Lua está em Câncer. Quanto mais nos

informamos sobre a mitologia e os efeitos de Quíron, mais a previsão de Rudhyar se mostra exata.

Quando Quíron nasceu, meio-humano e meio-centauro, sua mãe ficou fortemente perturbada por esse aberrante filho ilegítimo. Se você acha que sofreu por sua mãe ter rejeitado uma parte de você, compadeça-se do pobre Quíron. Sua mãe ficou tão perturbada com seu nascimento, que pediu aos deuses que a transformasse numa pé de tília, para não ter de criá-lo. Ele se transformou num professor amável e sensível e num curandeiro ferido — um astrólogo e herbanário que não conseguia tratar do envenenamento sistêmico que o afligia. (Ele foi atingido acidentalmente por uma flecha disparada por Hércules, seu discípulo dileto. Acautelem-se, mentores!)

O significado da dupla tarefa de Quíron como professor e curandeiro ferido é que *nossa ferida é nosso melhor professor*. Só quando já passou por uma dor suficientemente forte é que a maioria dos seres humanos se rende ao profundo trabalho íntimo indispensável para se tornar íntegro. Encarnar é sentir, e o corpo é onde os sentimentos podem acabar ficando presos — é a dimensão do curandeiro ferido. Essa ênfase nos sentimentos implica uma faceta lunar de Quíron. Quíron, o centauro, também era alguém que cuidava — um pai adotivo e mentor de muitos meninos que se tornaram heróis, tais como Jasão, Aquiles e Asclépio. O próprio Quíron foi educado por Apolo, (o Sol) e Ártemis (a Lua).

Assim, uma importante dimensão de Quíron é uma abordagem circular, integradora, que traz a educação para o mundo por meio do arquétipo masculino positivo. A dimensão mais elevada de Quíron parece uma fusão de Yin e Yang na qual os bem-educados heróis saem pelo mundo e provavelmente salvam a pátria. As pessoas que têm aspectos Quíron-Lua no mapa natal freqüentemente foram feridos em suas relações com a mãe, e contudo estendem sua proteção ao coletivo, para além do plano pessoal. São o epítome da fusão Sol-Lua, levando cuidado e carinho ao mundo em geral.

Na cultura moderna, a ferida coletiva é a repressão dos sentimentos, em lugar de ritualização e processamento sadios dos mesmos. O corpo dualístico de Quíron — meio-homem, meio-centauro — indica a necessidade de fundir instintos e intelecto, de sanar a divisão que nos leva a continuar sofrendo. Quíron nos pede não só que reciclemos a Lua, mas

também que criemos um casamento, fusão das qualidades masculino/ feminino e claro/escuro — um novo mundo onde estejam equilibradas as energias solares e lunares. Leitores que se interessem em conhecer mais sobre Quíron, o centauro, e Quíron, o cometóide, podem consultar as fontes de onde foram retiradas partes desta sucinta explicação.[2]

Por Que os Trânsitos da Lua Natal São Tão Difíceis

Permitam-me começar dizendo que o vaticínio está longe de ser uma ciência exata — principalmente em razão das rápidas e estranhas mudanças dos anos recentes. Astrólogos que se gabam de 100% de exatidão em suas leituras provavelmente só receberam retorno das leituras bem-sucedidas. Com freqüência podemos inferir, a partir dos planetas envolvidos, no tipo de experiência, mas não nos detalhes específicos. Por exemplo, minha irmã Diana administra imóveis e estava insatisfeita com o emprego e com o chefe. Plutão e Júpiter em trânsito estavam chegando à sua Lua de loa casa, daí eu precipitadamente ter feito a previsão de que ela teria um cargo de administradora de algumas propriedades valiosas. Quando a conjunção atingiu sua Lua, ela não conseguiu um novo emprego, mas a propriedade que estava a seu cargo foi vendida e ela passou a ter um novo chefe. O sobrenome dele era Moon!

Após essa advertência, vamos tentar encontrar alguns princípios gerais. Quando um planeta exterior está em trânsito pela Lua natal, é típico experimentar uma crise que afeta ao mesmo tempo diversas funções lunares, pelo modo como elas estão conectadas. É exatamente nas áreas onde estamos mais vulneráveis emocionalmente que o tapete será puxado de debaixo de nossos pés. É exatamente no ponto onde menos queremos sentir alguma coisa, onde somos mais extremamente defendidos e inconscientes, que somos inundados de emoções porventura reprimidas

[2] Chris Brooks, *Midpoint keys to Chiron.* (Tempe, AZ: AFA, 1992); Barbara Hand Clow, *Chiron: Rainbow Bridge Between the Inner and Outer Plants.* (St.Paul: Llewellyn, 1993); Erminie Lantero, *The Continuing Discovery of Chiron.* (York Beach, ME: Samuel Weiser, 1983), esgotado; Dale O'Brien, fita gravada, *The Myth of Chiron.* (Chironicles Press, 1990); Melanie Reinhardt, *Chiron and the Healing Journey.* (Nova York: Viking Penguin, 1990); Zane Stein, *Essence and Application: A View from Chiron.* (Nova York: CAO Times, 1988).

anos a fio. Exatamente onde mais necessitamos de segurança e garantia, sentimos vacilarem nossos alicerces. Exatamente onde somos mais apegados ao passado, onde menos desejamos mudar, a mudança nos é imposta — vinda de dentro ou de fora. No entanto, mesmo quando a mudança parece vir de fora — Mamãe se aposenta e muda para longe — existe também um sentimento interno que diz, "Sim, na verdade, já era hora de sair do útero."

Exatamente como o bebê pode sentir medo de deixar o útero, e no entanto vai se sentindo cada vez mais confinado pelas paredes uterinas, nós também chegamos a um ponto em que necessitamos e desejamos nos aventurar mais, por mais timidamente que seja. É isso que precisamos começar a entender. Não é aquela velha Lua endiabrada que está causando problemas; tampouco é culpa de Plutão ou Netuno. Não, trata-se da evolução íntima, um impulso irresistível para crescer e vivenciar mais da vida e do mundo do que nossas redes de segurança têm permitido. Como caranguejos, entramos de banda no novo território. Eu sempre achei que havia um círculo de cores das emoções, em gradação, como o círculo cromático que os artistas utilizam. Naquele círculo, acho que o medo está perto da excitação, portanto um pouco do pânico que você sinta talvez contenha uma louca mistura de excitação. É como a primeira vez em que você, ainda criancinha, saiu sozinha pela quadra onde morava. Com toda certeza foi assustador, mas depois disso não houve como segurar você, um novo mundo estava se abrindo!

E no entanto a Lua é responsiva, mais do que iniciativa ela é reativa; portanto dificilmente deixamos o útero, a não ser empurrados pelas contrações do trabalho de parto. Digamos que sua Lua natal esteja na 6ª casa — representando o emprego e seu padrão de trabalho do cotidiano. Com a Lua natal colocada ali, o trabalho é para você a casa-longe-de-casa — ou talvez sua residência seja justamente a casa-longe-do-trabalho. Você já trabalha na mesma empresa há uma década ou mais, pensando naquela pensão lá pelo ano 2020, e jamais deixaria para trás essa segurança. Entretanto, é um lugar muito chato, e não tem potencial de crescimento. Você já está cansado(a) de toda semana trazer para a equipe do escritório seus biscoitinhos premiados, só porque as pessoas estão contando com isso. Sua úlcera já está esperneando, pois você está cansado(a)

de paparicar o chefe, os clientes, e todo mundo no local de trabalho. Mas, não, você não irá embora. Não por vontade própria.

Daí, adivinhem — você tem um grande trânsito por aquela Lua de 6ª casa, a empresa é vendida, uma firma estrangeira assume o comando e as cabeças rolam, inclusive a sua. Você fica realmente abalado(a), toma meio litro de sorvete por dia e, de repente, está querendo sua mãe, que coisa! Você pode até chegar a viajar para a casa dela em busca de comida caseira e aconselhamento materno. Quando a poeira baixa e suas unhas crescem de novo, você começa a achar que essa mudança, afinal de contas, talvez não tenha sido uma tragédia. Enquanto está desempregado(a) e ainda tem o dinheiro da demissão, é hora de tentar o negócio caseiro com que há anos vem sonhando. Você começa, e ele dá certo. Ou então não dá certo, mas no processo você aprende novas habilidades que vão colocá-lo(a) em posição de conseguir um emprego melhor. Analisando em retrospecto, você constata que a firma mudar de dono foi a melhor coisa que lhe aconteceu.

Apesar de todas as emoções, apesar dos ajustes indesejados, apesar de seus medos e inseguranças, um aspecto importante em sua Lua assinala um período de grande desenvolvimento pessoal. Você superou certas fontes de dependência e de segurança e as está deixando para trás — está saindo do ninho ou sendo chutado(a) para fora dele, o que não vem ao caso. O resultado é que agora você está mais maduro, pode experimentar novos territórios e, no processo, pode aprender muito acerca de si mesmo(a). Apenas uma 12ª parte de você realmente tem a Lua natal na 6ª casa. Vamos fazer o circuito das 12 casas para ver o que os terremotos lunares podem produzir em cada uma delas.

Seu Astrólogo Atende a Domicílio?

Conforme vimos no capítulo 4, a posição da casa de sua Lua natal é um importante fator. Pela vida afora, ela mostra a área vital onde tendemos a ser lunares. O bom funcionamento dessa área pode aumentar nossa segurança e sensação de bem-estar. Dificuldades ou insucessos ali podem, mais que qualquer outra coisa, tornar-nos infelizes e inseguros. Em geral, é uma área em que você tem um fone investimento emocional, daí

ser uma área onde você periodicamente sai dos trilhos. Quando a Lua natal recebe um trânsito importante, como aqueles que estivemos discutindo, freqüentemente ocorrem importantes metamorfoses em questões da casa envolvida. O resultado pode ser uma crise na esfera lunar, uma necessidade de transformar funções lunares que se incorporaram àquela área da vida.

Ao trabalhar com trânsitos pela Lua natal, portanto, considere os significados da casa envolvida. É provável haver profundas alterações nessas áreas que são extremamente cruciais para seu bem-estar emocional. Outra consideração é a posição da casa do planeta em trânsito, porque com freqüência você será solicitado(a) a integrar as funções de ambas as casas. Suponha que sua Lua natal na 10' casa esteja encontrando oposição pelo trânsito de Plutão na 4ª casa. Haverá tipicamente um conflito de interesses entre a vida profissional e a doméstica. Às vezes uma mudança na vida doméstica cria estresse no trabalho, outras vezes lutas políticas no trabalho fazem aumentar as exigências sobre sua vida doméstica, e às vezes ambas as coisas acontecem. Vamos examinar o impacto dos trânsitos nas doze casas.

Lua na 1ª Casa: Um trânsito difícil para uma Lua na 1ª casa exige que você modifique a apresentação de si mesmo(a) para que suas conexões com as pessoas já não sejam mais tão co-dependentes. À medida que muda seu comportamento, diminui sua propensão a atrair pessoas que se relacionam com você de formas exclusivamente lunares. Fisicamente, este pode ser um período de sensibilidade aumentada, no qual precise lidar com mudanças na dieta, no ciclo menstrual e outras partes lunares de sua fisiologia. Você pode subir ou baixar de peso, dependendo do planeta envolvido e de sua disposição a encarar suas emoções e necessidades de dependência, em vez de reprimi-las.

Lua na 2ª Casa: Onde há um trânsito por sua Lua de 2ª casa, novos desenvolvimentos financeiros, possivelmente revezes, podem atingir suas fundações seguras. Preocupação e estresse podem perfeitamente levar você a reexaminar seus padrões de consumo e estabelecer novas prioridades. Se tem despendido irresponsavelmente ou contraído dívidas, pode vir a colher as conseqüências. Se tem compulsão de consumo, apelando para

farras no shopping quando as coisas vão mal, talvez se apanhe enrascado(a) com a despesa feita. Se tem sido co-dependente em questão financeira, seja por apoiar-se demais nos outros, seja por deixar que outros se apóiem demais em você, essas relações devem se transformar. Se passou a vida se vendendo barato, talvez comece finalmente a cobrar o que vale, em vez de bancar "a mãe" de todo mundo. A conseqüência de trabalhar conscientemente com essas mudanças é a criação de uma base sólida para suas finanças, de modo a poder ficar seguro(a) e confiante no futuro. (A expressão mais positiva desse trânsito é que as pessoas freqüentemente compram uma casa. Confira, entretanto, a seção referente a mudanças, neste capítulo, para ver se o momento é adequado.)

Lua na 3ª Casa: Durante os trânsitos de planetas exteriores, ligações com irmãos, tias, tios e primos provavelmente serão abaladas. Se você e algum irmão ou irmã têm um vínculo de co-dependência, a facilitação deve cessar, para que um de vocês, ou ambos, possam finalmente caminhar com os próprios pés. Emoções que estiveram contidas para não balançar o barco de família têm a possibilidade de serem discutidas, resultando numa interação mais autêntica. Pode haver reuniões que mostrem sua família de origem sob uma perspectiva muito diferente. Talvez você faça perguntas que jamais ousou fazer sobre o passado e os segredos da família. Mesmo com a possibilidade de que novas informações mobilizem os sentimentos, haverá mais clareza em seu pensamento e mais comunicação real. Isso possivelmente não se aplica apenas à família, mas também ao mundo lá fora.

Lua na 4ª Casa: Lembre-se de que a pessoa nascida com esse posicionamento se classifica como tipo lunar. Os significados lunares têm força dupla aqui, exatamente como teriam com a Lua em Câncer. Um terremoto lunar nessa casa pode ser difícil de administrar, justamente porque a casa e as raízes são duplamente importantes para você. É possível uma mudança de domicílio ou uma mudança da pessoa que vive com você. O ninho pode ficar vazio, ou talvez você precise tomar conta de alguém — a mãe, o neto ou um filho adotivo. Nos casos em que os relacionamentos familiares têm sido co-dependentes, é provável uma mudança para um padrão de relacionamento mais saudável — não que nenhum de vocês vá

gostar especialmente do processo! Às vezes há uma reforma de imóvel, ou você compra uma casa nova ou se muda para o outro lado do país. (Novamente, leia a seção sobre mudança de domicílio.) Freqüentemente ocorre uma reunião de clãs, uma viagem à casa paterna que faz você ver de um prisma adulto o passado, sua mãe e a cidade natal. Seja qual for a mudança, você não pode mais voltar para casa, e passará os próximos anos estabelecendo raízes novas e mais adequadas. (Nota: Um trânsito de planeta exterior pelo FC — a cúspide da 4ª casa — pode produzir um efeito semelhante ao descrito aqui.)

Lua na 5ª Casa: Com a Lua natal nessa casa, as relações com os filhos ou parceiros românticos são uma fonte importante de realização emocional. Quando elas estão indo bem, não há nada igual em matéria de prazer e satisfação. Quando estão indo mal ou mudando, como pode acontecer durante trânsitos importantes, o turbilhão emocional daí resultante pode temporariamente dominar sua vida. Quando os planetas exteriores impactam aquela Lua, ocorre uma profunda mudança nessas relações. Às vezes um novo filho ou romance entra no quadro, às vezes os filhos deixam o ninho ou o romance se altera em aspectos fundamentais.

Num caso ou no outro, é dar adeus à simbiose prolongada e abrir-se para o mundo! Todas as partes envolvidas precisarão funcionar de forma mais separada e independente, porque o cordão umbilical está sendo cortado. E, naturalmente, isso dói. Sim, você pode ficar chorando meses a fio, desejando que as coisas pudessem voltar ao lugar de antes. Mas o útero se tornara confinado demais. É hora de conhecer mais a vida e descobrir o que mais existe para vocês dois, além da relação pais e filhos. É hora de explorar sua criatividade e talento.

Lua na 6ª Casa: Nós fizemos sua Lua na seção anterior, e eu tenho outro trabalho para fazer. E você compreende perfeitamente o que é ser uma pessoa ocupada!

Lua na 7ª Casa: Já que vê o casamento ou parceria como essencial para sua segurança, qualquer mudança na relação com o parceiro(a), ou nas circunstâncias deste, tende a deixar você perturbado(a). Durante o

trânsito, você deve examinar e modificar os padrões de co-dependência que já não estão adequados. Um de vocês mudou, ou ambos, ou provavelmente amadureceu, e deseja mais da vida; portanto, o relacionamento tem de se adaptar. De todos os casais, entretanto, vocês são os menos propensos à separação, logo é crucial o trabalho de restaurar o vínculo. Se vocês estão tendo problemas, talvez seja hora de procurar aconselhamento matrimonial. Tão intensas são as emoções nessa área que pode ser útil a opinião imparcial de terceiros.

Lua na 8ª Casa: Muitos que têm posições difíceis de 8ª casa não conseguem desenvolver seus próprios recursos e potencialidades pois foram encorajados ou mesmo manipulados, por membros da família, a permanecerem dependentes. Um trânsito de planeta exterior traz um ajuste necessário no equilíbrio entre os próprios recursos e os recursos alheios, sejam financeiros ou não. O trabalho na cura, e na remoção de vínculos co-dependentes, neste momento, pode liberar você para consolidar suas finanças. Você não terá muita escolha na questão — Mamãe ou outras figuras femininas não podem, ou não irão apoiá-lo(a) nem mais um pouco, e você precisa crescer. Na pior das hipóteses, pode haver uma morte ou separação que force você a entrar precipitadamente na fase adulta.

A nova exigência de que caminhe com seus próprios pés pode ser aterradora. Se você foi criado(a) na convicção de que não pode sobreviver por si mesmo(a), talvez chegue a achar que não vai conseguir fazê-lo de forma alguma! Entretanto, à medida que o trânsito progride e você se vê forçado(a) a tomar conta das próprias necessidades e, talvez, também das de se cuidar, você pode se tornar mais independente. Paradoxalmente, você e seus relacionamentos poderiam também se tornar mais seguros. Agora que não precisa esconder seus sentimentos para evitar a perda de sua rede de segurança, pode arriscar-se a ser você mesmo(a). Sua expressão sexual e sua conexão com a sexualidade feminina também podem atravessar profundas mudanças durante esse período.

Lua na 9ª Casa: Durante os trânsitos para essa Lua, não são incomuns os desafios a seu sistema de crenças. Você talvez se desiluda com um líder espiritual, seja qual for sua orientação religiosa — seja ele um pastor, um

rabi, um guru, uma curandeira ou a suprema sacerdotisa de seu grupo religioso. Isso pode resultar numa dolorosa crise de fé na qual você já não saiba em que acreditar. Terá de procurar profundamente dentro de si as respostas espirituais, porque as convicções anteriores já não se aplicam. Seus próprios alicerces podem estar abalados, pois você derivava um grande conforto de sua visão de mundo, outrora segura e certa.

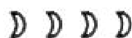
Para o estudante, um mentor ou professor poderá ter os pés de barro revelados. Seus professores, principalmente as mulheres, podem estar atravessando uma crise emocional, ou podem estar em evolução. Agora você precisa ser a pessoa adulta e até mesmo a mentora para os novos estudantes. Talvez o mundo não seja tão seguro quanto você anteriormente acreditava, e talvez você já não esteja tão segura de suas convicções. No entanto, poderá encontrar uma gratificação inesperada em cuidar da próxima geração de discípulos. Como alternativa, você pode ter de sair de casa e se mudar para longe, com o objetivo de realizar estudos mais avançados.

Lua na 10ª casa: Um trânsito de planeta exterior pela Lua na 10ª casa freqüentemente corresponde a uma crise ou novos desenvolvimentos na carreira profissional. Você pode se sentir uma pessoa insegura e angustiada, se a mudança for necessária, ainda que seja para melhor — como uma promoção ou um emprego melhor. Freqüentemente, o chefe terá se tornado uma figura paterna — benigna ou de pesadelo, mas, normalmente, desproporcional. O local de trabalho se tornou uma família, portanto uma mudança de emprego pode ser sentida como um desenraizamento. Pode haver uma mudança para mais perto ou para mais longe de um profissional "protetor" com a possibilidade de um esgotamento lunar. O conceito de autoridade parental pode também precisar de reajuste. Isso talvez seja causado por uma crise com as figuras paternas originais ou com o fato de ter mais ou menos dependentes ligados a si — um novo filho que nasce, ou um filho/filha que sai de casa.

Lua na 11ª Casa: Com essa posição natal pode haver uma injustificada expectativa de perpétua proteção e cuidado emocional, como exigência da amizade. Essas expectativas nem sempre podem ser atendidas, e talvez causem um expurgo ocasional dos companheiros pouco simpáticos,

principalmente durante os trânsitos de planeta exterior. A questão de co-dependência entre amigos, ou em grupos importantes, provavelmente surgirá. Será necessária uma mudança para um funcionamento mais adulto e independente. Uma fase de isolamento pode ocorrer, enquanto você reavalia o que significa a amizade, e enquanto constrói uma rede de apoio mais adequada. A participação num grupo provavelmente se mostrara uma fonte de cura neste momento, possivelmente um grupo de apoio ou de terapia voltado para os ferimentos recebidos na família de origem.

Lua na 12ª Casa: Tanto a Lua como a 12ª casa tendem à repressão, portanto a combinação se converte num perene desafio para continuar consciente das próprias emoções. Durante os trânsitos de planeta exterior, tudo o que é inconsciente ou reprimido surge à superfície, para sua grande surpresa e desalento. Tem certeza de que não se sente desse jeito? Tem certeza de que ainda não se importa com o que sua mãe fez quando você tinha 7 anos? Você realmente se lembra, ou está apenas imaginando? Será que você é realmente uma pessoa tão dependente, tão emotiva e tão insegura assim? Você sempre desprezou as pessoas que iam ao psiquiatra e agora você está começando a achar que precisa de um! Bem, isso não deve ser assim tão ruim, será? Analise seus sentimentos e descubra novas formas de usá-los para mudar o que está aborrecendo você. Então, não será uma pessoa atormentada pela incômoda suspeita, que sempre alimentou, de que poderia estar prestes a perder. Trabalhe conscientemente na realização de seus próprios desejos e a convicção de que o mundo é um lugar inseguro pode perfeitamente abandonar você. Sua úlcera ou TPM poderia até se resolver! Em suma, você poderá ser uma pessoa mais saudável, mais segura e mais senhora de sua própria vida se encarar antigas questões lunares e lidar com elas agora.



Talvez você esteja achando que entende menos ainda após essas leituras — ou, ao contrário, que agora está sabendo mais do era sua intenção saber. Algumas leituras, é verdade, foram mais longas que outras. Algumas posições de casas são mais lunares que outras, ou mais inóspitas

para a Lua, e assim requerem mais aconselhamento materno. Não se preocupe, à medida que prosseguirmos neste capítulo, você irá ouvir bastante sobre seus próprios trânsitos pela Lua e como utilizá-los.

Florais para os Trânsitos da Lua

Os principiantes devem consultar o capítulo 5, com os florais que dão maior apoio à sua Lua natal e seus aspectos. Eles podem ser intermitentemente necessários durante os dois anos ou mais em que um planeta exterior realiza um trânsito por sua Lua. (Os trânsitos de Saturno, misericordiosamente, são mais curtos e dependem do ponto em que o planeta fica cruzando o signo para um lado e outro.) Você talvez encontre um grande amparo na utilização dos remédios mencionados ali, para a integração das emoções fortes. Para as questões referentes às várias casas, experimente o buquê do mês, mencionado no capítulo 6. Se for afetado seu relacionamento com a mãe e outros "protetores", consulte os remédios do capítulo 8.

Há remédios adicionais para ajudá-lo(a) no trato com as questões e preocupações suscitadas por cada um dos planetas exteriores. *Os trânsitos de Saturno pela Lua* podem trazer ansiedade quanto a novas exigências e papéis, para o que você talvez necessite dos florais de Bach, **Aspen** ou **Rock Rose**. Você também pode sentir desânimo ou desespero, para os quais serão proveitosos os florais **Gentian** ou **Gorse**, de Bach, ou **Scotch Broom**, da FES. Para a coragem de tentar, **Larch**, também pode ser fortificante. *Para os trânsitos de Quíron pela Lua*, Joyce Mason recomenda **Evening Primrose**, da FES, especialmente útil na elaboração da rejeição por parte dos pais. *Trânsitos de Urano pela Lua* podem trazer súbitas mudanças ou revoluções. O floral de Bach, **Rescue Remedy**, pode ajudar em qualquer crise. O **Walnut**, de Bach, para quem está em transição, é uma influência estabilizadora. *Trânsitos de Netuno pela Lua* podem coincidir com um estado mental dispersivo, no qual **Clematis**, de Bach pode ser estabilizador e o **Madia**, da FES, pode melhorar a concentração. Experimente o **Sand Dollar**, da Pacific Essences, ou o **Bladderwort**, da Alaskan Flower Essences, para combater as ilusões que os trânsitos de Netuno podem acarretar. Durante os *trânsitos de Plutão pela Lua*, muitas

questões antigas podem se apresentar para serem sanadas. Os florais de Bach, **Willow**, para ressentimentos, **Holly**, para o ódio a si mesmo(a), e **Pine**, para a culpa, podem vir a ser necessários. Há muitos outros remédios possíveis para cada um desses trânsitos, mas os recém-mencionados são alguns dos mais cruciais.

Terremotos Lunares em nossa Relação com a Mãe

Como observei nos mapas de consulentes, estudantes e amigos, pelos anos afora, um trânsito pela Lua natal normalmente envolve a ocorrência de uma metamorfose na mãe, e no relacionamento da pessoa com esta. Quando os aspectos são difíceis, a mãe freqüentemente atravessa uma crise, especialmente em termos dos papéis lunares que desempenha. Sua idade, saúde e estado civil necessitam ser levados em consideração, pois estes oferecem pistas para o que poderia estar prestes a ocorrer. Também é importante o modo como ela e a filha ou filho se entendem, pois questões importantes provavelmente aflorarão no relacionamento.

Tão básicos para nossos fundamentos são a mãe e nossa versão internalizada da mesma, que qualquer crise na vida da mãe tende a provocar uma poderosa reação em seus filhos. Essa reação pode ser denominada de crise maturacional. A prole deve tornar-se menos dependente, em termos emocionais ou concretos, e mais plenamente adulta. Até aqueles que tenham efetivamente seccionado sua conexão do mundo real com a mãe provavelmente serão muito mais afetados do que acreditariam ser possível, já que a mãe interna jamais nos abandona.

Se sua mãe faleceu, ou se está ausente de sua vida, analise quem poderia estar, num nível emocional, colocando a sua carapuça. Um processo semelhante aos descritos aqui pode estar ocorrendo com sucedâneos da mãe, inclusive a esposa, amigas ou parentas, ou mentoras que você tenha. Para simplificar, iremos nos referir apenas à mãe. Entretanto, transições importantes nos vínculos com essas outras figuras relevantes também devem ser levadas em consideração.

Use como referência os exercícios astrológicos do capítulo 8, ao considerar o signo, a casa e os aspectos de sua Lua natal e como eles descreveram sua mãe e a conexão entre você e ela. O trabalho com os exercícios

psicológicos também pode ser oportuno e poderoso. Vamos analisar agora os efeitos de cada um dos planetas exteriores, quando fazem aspecto com sua Lua.

No trânsito de Saturno pela Lua, a mãe ou seus equivalentes talvez estejam estabelecendo limites para os que são excessivamente dependentes. Isto pode ser causado por ela estar vivenciando agudamente suas próprias limitações realísticas em matéria de energia, tempo, saúde ou outros recursos. Ela pode estar, pela primeira vez, sentindo-se velha, mais amedrontada, talvez antecipando um futuro mais restrito. Seja qual for a causa, ela está nos pedindo que sejamos adultos e assumamos responsabilidades. (A posição da casa mostra em que área da vida essa exigência é mais fortemente experimentada.)

O efeito causado na filha ou filho, cuja Lua está sendo transitada, será provavelmente o de torná-lo(a) mais ajuizado. Ninguém quer ser adulto, nem vê com bons olhos o aumento de responsabilidade, logo, pode haver uma sensação de perda e alguma depressão reativa. Como a Lua põe a nu nossos cobertores de segurança, e os trânsitos de Saturno são freqüentemente acompanhados de ansiedade, talvez fiquemos especialmente angustiados e inseguros. Duvidamos da capacidade que temos para cuidar de nós mesmos e de nossos dependentes, e desejamos que alguém nos mantenha em segurança. Para onde quer que nos viremos, há um amor severo, acompanhado da cobrança de que nos portemos como adultos.

A medida que vamos aceitando o desafio, vamos descobrindo forças que estivemos desenvolvendo nos últimos sete anos — desde o último aspecto importante de Saturno sobre a Lua. No final de tudo, fica uma sensação mais sólida e real de segurança. Passamos a saber que somos muito mais capacitados do que pensávamos ser. Nós nos tornamos nossas próprias autoridades, nosso próprio Rochedo de Gibraltar e há nisso uma profunda satisfação.

Quando Quíron transita pela Lua de forma desafiadora, Joyce Mason afirma que alguns temas possíveis incluem o nascimento de um irmão, ou um drama em torno de um irmão ou irmã, capaz de alterar sua relação com a mãe, deixando você enlutado(a) pela perda de grande parte de sua

atenção. Ela pode mudar de atitude frente à sexualidade, tornando-se mais ou menos aberta a tal respeito; se mais aberta, você talvez tenha de encarar seriamente o mito da virgindade da mãe (a maioria de nós não consegue nem imaginar que ela "fazia aquilo", muito menos que continua fazendo). Seu estilo de maternação pode se alterar, talvez lhe trazendo à memória ocasiões em que ela não estava aí para você. Ela poderia desaprovar abertamente em você algo essencial para sua maneira de ser. Na pior das hipóteses, ela poderia enfrentar uma doença potencialmente mortal.

O resultado final é uma sensação de abandono, geralmente emocional, uma sensação de que ela não está presente para você, porém, às vezes, de forma mais literal, como num estranhamento ou perda. (Na mitologia, Quíron foi grosseiramente rejeitado por sua mãe e abandonado por seu pai. Nosso trauma original de nascimento é nos sentirmos "rejeitados por termos sido ejetados" do útero.) O floral **Mariposa Lily**, da FES, é como amor materno num frasquinho, para esses tempos difíceis de Quíron-Lua. Se você era uma pessoa especialmente próxima de sua mãe, e não deseja assumir o sofrimento dela (coisa que não ajuda nenhuma das duas), experimente **Pink Yarrow**, também fabricada pela FES. Na melhor das hipóteses, durante os aspectos estressantes, Quíron-Lua pode coincidir com o período de estar quase excessivamente envolvido com a mãe.

Num aspecto mais fluente, como um trígono ou sextil, a mãe pode se tornar ou buscar um mentor, ou lidar com artes alternativas de cura, tais como ervas, acupuntura ou homeopatia. Quíron rege a canalização, portanto ela pode se tornar médium ou muito intuitiva. Ela talvez surpreenda você, ao dar um saldo quântico no crescimento pessoal, salto que, pensando bem, já vinha de fato se anunciando há muito tempo. Ela pode adotar uma criança ou se tornar professora. Você irá vê-la desabrochar num ser mais integrado e versátil — um papel modelar para você e talvez para outros.

Quando Urano transita pela Lua, *o* que observo é que a mãe tipicamente parte para ações súbitas e surpreendentes; no entanto, aquelas ações muitas vezes tinham passado longo tempo fermentando sob a superfície. Nas circunstâncias corretas, ela pode abandonar o marido, deixar o emprego,

mudar de domicílio, voltar aos bancos escolares ou começar a agir como uma adolescente. Se a 6ª ou 12ª casas estão realçadas, pode haver uma súbita crise de saúde, envolvendo talvez o sistema circulatório, ou um acidente. Esses distúrbios podem iniciar um processo de livrar-se um pouco mais das responsabilidades lunares. Com os aspectos menos difíceis, a mãe pode expressar sua individualidade de formas maravilhosamente novas. Ela pode tornar-se mais ativa em questões sociais ou políticas e receber a aprovação da família e dos amigos em suas novas atividades.

O impacto sobre o filho ou filha é perturbador — o tapete está sendo puxado de debaixo de nossos pés. Com quem poderemos contar, se não pudermos contar com a certeza de que Mamãe vai continuar a ser sempre a mesma? Com o independente Urano formando aspectos com a Lua, a co-dependência é definitivamente uma coisa do passado, logo temos de sobreviver agora por própria conta. Somos chutados para fora do útero, sem um aviso! Antes, ela provavelmente era uma chata, e agora ficou mais interessante e mais gente, mas como é que ela pôde fazer isso conosco? Mesmo assim, nossas mães continuam a ser modelos de papéis pela vida afora, portanto a nova liberdade que ela adquire e as expressões de sua individualidade nos autorizam a experimentar novos estilos de vida. Sua revolução também nos liberta.

Quando Netuno transita pela Lua, a mãe pode estar confusa e se debatendo emocionalmente ou talvez esteja num estado debilitado, causado por problemas de saúde. É possível que esteja se sentindo dependente e necessitada — talvez, na verdade, mais fisicamente dependente — e podemos ser convocados a cuidá-la. É possível que os papéis se invertam desconcertantemente Se ela for idosa e frágil, pode ter chegado a hora em que já não consegue funcionar por si mesma. Talvez a expectativa seja de que cuidemos dela ou providenciemos para que seja cuidada. Se ela sofre de dependência química, pode estar chegando ao fundo do poço, e nós talvez sejamos chamados a intervir. O trânsito pode também ser um tempo em que as ilusões são desmascaradas, principalmente para quem tem no mapa natal posições Lua-Netuno ou Peixes-Lua. Nossas imagens idealizadas da mãe, e das mulheres em geral, são reveladas como um embuste, e talvez fiquemos profundamente desiludidos.

Como alternativa, nos trígonos e nas expressões mais positivas de Netuno, a mãe pode estar atravessando uma renascença criativa ou um despertar espiritual, possivelmente com ênfase nos aspectos femininos do divino. Esse estado de iluminação pode ser valorizado ou não pelos circunstantes. Alguns franceses cínicos acharam que Joana D'Arc estava maluca, e quando ela começou a ter visões, é pouco provável que sua família tenha gostado.

Quer a expressão seja positiva ou negativa, provavelmente será perturbador o impacto sobre a prole de quem está tendo aspectos de Netuno na Lua. O cobertor de segurança foi arrancado e nós ficamos dolorosamente inseguros. Talvez nos sintamos igualmente confusos, perdidos e impotentes. Mesmo tendo pena da mãe, podemos nos sentir martirizados pela necessidade de tomar conta dela, e de nós mesmos. Nossas idéias de feminilidade são chamadas ao questionamento. Se Mamãe não é a mulher que pensávamos, então, por favor, quem somos nós?

O efeito a longo prazo deste trânsito nada maravilhoso é dissipar a ilusão de que nós, como adultos, podemos continuar dependentes. Depois de nos afundarmos, por um tempo horrivelmente longo, na autocomiseração ante uma verdade tão desagradável, finalmente resolvemos sair do útero, qualquer que tenha sido, a que talvez estivemos agarrados, e a cuidar de nós mesmos a partir deste momento. Agora somos pessoas plenamente adultas e estamos em contato com a realidade, mas sem dúvida ela não nos causa nenhum entusiasmo. A realidade tem suas claras limitações.

UMA BOA DICA: Esta seria uma época excelente para estabelecer uma conexão com a Mãe Divina e com a esfera angelical. (Remédios úteis para fazer essas conexões são **Angelica** ou **Love-Lies-Bleeding**, da FES, e **Angel of Protection**, da Pegasus.)

Quando Plutão transita pela Lua, está chegando uma época de transformação para a mulher que você chama de Mamãe. Algumas transformações são maravilhosas, algumas mais difíceis, mas nenhuma delas é fácil. A casa talvez precise ser demolida até os alicerces, antes de se construir uma nova e mais adequada estrutura. A mãe pode estar se ressentindo dos papéis femininos e da impotência que sentiu no passado. Em casos

onde a co-dependência já durou demais, ela pode liquidar essas relações, ou insistir em transformá-las. Às vezes uma crise de saúde pode movê-la a estabelecer um novo estilo de vida.

Você achou que eu ia falar no caso de ela morrer, não é mesmo? Bom, mesmo que os astrólogos americanos não criem esse apavorado tabu contra a palavra começada por M, este trânsito não significa necessariamente a morte. Afinal de contas, no mínimo umas cinco ou seis vezes na vida você tem algum tipo de aspecto de Plutão em sua Lua. Sim, é claro, vi mães morrerem nos trânsitos importantes de Plutão pela Lua ou FC, mas também vi mães se transformarem de maneiras maravilhosas.

Às minhas clientes que estavam atravessando importantes trânsitos de Plutão pela Lua, perguntei cautelosamente sobre suas mães. Às vezes elas respondiam, 'Ah, mamãe está dando uma virada incrível na vida dela! "Nunca tive tanto respeito por ela nem a amei tanto!" ou, "Mamãe está finalmente falando o que pensa e dizendo a Papai que não vai mais aceitar desaforo dele. E ele está tendo de escutar!"

Como os filhos aceitam essa nova assertividade de Mamãe? Isso, naturalmente, depende da condição da Lua natal. (Aqueles que têm aspectos natais Lua-Plutão têm muito o que superar com a mãe.) Também depende do que fizemos com a parte lunar de nossa natureza — de até que ponto nos tenhamos tornado perceptivos, restaurados ou mesmo evoluídos. Mesmo os mais evoluídos podem ter reações nada graciosas. Afinal de contas, espera-se que a mãe sempre esteja ali, à nossa disposição — é este o trabalho dela! Podemos manipular a mãe ou seus sucedâneos, podemos tentar fazê-la se sentir culpada, e podemos partir para a vingança sutil ou nem tanto. Podemos até provocar uma crise numa área lunar da vida — como ficar grávidas — para que ela tenha de vir em nosso socorro. Mas ela não nos apóia mais, pelo menos, não na altura em que o trânsito termina, e assim finalmente nós temos de virar adultos. Maldita seja!

Terremotos Lunares nos Papéis Femininos e na Vida em Família

Para as mulheres, principalmente, os trânsitos pela Lua natal são freqüentemente marcadores importantes do ciclo vital. Esses aspectos podem

anteceder qualquer coisa, desde a puberdade, passando pela saída da casa paterna, o casamento, o nascimento dos filhos, a menopausa e o abandono da casa pelos filhos, até à viuvez e ao asilo de idosos. Celebrations of **Womanhood**, da Desert Alchemy, é um kit com uma fórmula floral que serve como remédio para qualquer parte do ciclo de vida da mulher. Cada desdobramento desses papéis evoca profundas reações, seja na mulher, seja em seu parceiro e membros da família. São necessários importantes reajustes emocionais. Conforme discutido anteriormente, nosso relacionamento com a mãe interna ou externa provavelmente estará mudando ao mesmo tempo.

Para os homens, esses trânsitos podem operar principalmente por intermédio das mulheres de suas vidas. Isso se aplica mais aos homens que desautorizaram seus próprios hemisférios lunares e os projetaram nas mulheres. Aplica-se menos aos homens que tiverem assumido e integrado seus traços lunares. De qualquer forma, um trânsito de planeta exterior pode surpreender um homem no momento em que atravessa grandes realinhamentos de suas relações com mulheres importantes, e com a mulher interna. Às vezes, uma mulher importante sai da vida dele, às vezes uma mulher importante entra em sua vida, e às vezes ambas as coisas acontecem. Se ele tem sido excessivamente dependente dessas mulheres para lhe proverem cuidado, consciência emocional e segurança, a co-dependência pode terminar. Ele pode vivenciar vulnerabilidade no processo que poderá lhe tornar mais conscientes e reais as esferas lunares. Ele pode se surpreender assumindo o cuidado da casa ou o cuidado dos filhos, talvez por causa de um acréscimo da família.

Mais uma vez, é importante ter uma compreensão da Lua natal, pois ela descreve nossa postura em relação a esses papéis. Ela mostra como nós os desempenhamos, como nos sentimos a respeito deles, que modelos tivemos e como reagimos às mudanças que sofrem. Uma mulher que tenha Lua em Aquário pode enfrentar mais conflito no ajuste aos tradicionais papéis femininos do que uma mulher de Lua em Câncer ou Capricórnio. Um homem com Lua em Touro espera que a mulher de sua vida seja tão antiquada quanto ele. Como Touro é terra fixo, pode vivenciar a mudança como profundamente desintegradora.

Quando Saturno transita pela Lua, nós tipicamente assumimos mais responsabilidade familiar, e é um indicador do nascimento de um filho, principalmente o primeiro. Saturno é um importante marcador temporal e corresponde a estruturas formais de papéis. Os aspectos de Saturno na Lua freqüentemente coincidem com começos ou fins de papéis femininos e estruturas familiares. Nós podemos comprar nossa primeira casa ou vender a velha propriedade da família. Os homens talvez se surpreendam ajudando nas tarefas domésticas ou no cuidado dos filhos, talvez em razão do crescimento da família ou da esposa começar a trabalhar fora. Ou, pode haver tanto um começo quanto um final — nós nos casamos e deixamos a casa dos pais. Uma mulher entra na menopausa, mas se torna avó. Começos são acompanhados de seriedade e preocupação com novos compromissos. Finais podem ser acompanhados de tristeza e angústia quanto à extinção de alguma estrutura de cuidado. Ainda assim, podemos encontrar gratificação em nosso novo nível de maturidade, nas capacidades arduamente adquiridas e na condição de adultos.

Quando Quíron transita pela Lua, Joyce Mason afirma que a pessoa pode estar pronta a assumir as funções de cuidar e ser mentora de outros ou então estar pronta a cedê-las a outrem. (A primeira possibilidade é mais provável nos aspectos menos difíceis; a segunda, nas quadraturas e oposições mais desafiadoras.) Isto poderia incluir um cônjuge excessivamente dependente e levar o casamento ou relacionamento a uma virada. Durante os aspectos fluentes (trígono, senil), você terá criatividade no encontro de soluções alternativas para seu dilema familiar, caso seu parceiro ou filhos possam fazer metade do trajeto. Você esclarecerá o que necessita para seu próprio crescimento. Principalmente nos aspectos mais difíceis, você já não ganha nada em deixar as pessoas lhe impedirem a integração como pessoa, mesmo que isso signifique um divórcio. Seu estilo de maternação ou situação poderia mudar. Se você sempre confundiu a maternidade com servidão e tem a tendência a deixar seus filhos impunes, talvez se torne "linha dura". Experimente **Centaury**a, um outro floral de Bach (batizado em homenagem a Quíron, o próprio centauro), para apoiar sua nova tendência ao amor firme.

Durante os trânsitos mais fáceis você poderia desejar, ou de fato ter, um filho legítimo, ou adotivo ou de criação. Talvez houvesse um intenso

desejo de ensinar ou de trabalhar com crianças num ambiente alternativo e integrador, como uma colônia de férias voltada para as artes cênicas ou uma escola montessoriana ou waldorfiana. Nos aspectos estressantes, você poderia ter problemas de fertilidade, ou mesmo encarar uma gravidez inesperada ou indesejada, ou problemas ginecológicos. (O floral de Bach, **Schleranthus**, pode ser útil quando nos sentimos divididos entre duas opções). Podem surgir problemas dos órgãos femininos ou hormônios, como endometriose ou a menopausa. Procure as causas emocionais das doenças, ou da menopausa, caso seja precoce. (A endometriose, por exemplo, parece se originar do excesso de maternação — do derrame excessivo de energia feminina.)

Na pior das hipóteses, você poderia perder um filho de alguma forma — uma perda que dificilmente é literal, sendo mais amiúde filosófica ou emocional. (Ele/ela entra para uma seita, ou começa um relacionamento com alguém que você não consegue suportar). Nos aspectos positivos, você poderia sanar qualquer uma dessas questões — um filho pródigo retorna à casa, você descobre ou é descoberta por um filho que fora entregue para adoção, ou você tem resultados impressionantes com uma cura alternativa de um desequilíbrio hormonal que lhe afligia. Em geral, uma mudança de atitude em relação às mulheres, ou à feminilidade, altera a qualidade de sua relação, no fim das contas para melhor, mesmo que a curto prazo provoque tensão nas relações, ou um final. Você está começando a internalizar a mãe e o cuidado materno, estabelecendo um exemplo para seus dependentes começarem a fazer o mesmo.

Quando Urano transita pela Lua, descobri que nós tipicamente nos rebelamos contra os tradicionais papéis femininos e familiares, peneirando as restrições que eles trazem e insistindo em mais liberdade. Com ou sem a validação da família, dos amigos e da sociedade experimentamos modos alternativos de satisfazer as necessidades lunares. (**Goldenrod**, da FES, ajuda você a permanecer fiel a si mesma, apesar das pressões externas.) Se não estamos querendo transformar os padrões de dependência, a mudança pode nos ser imposta vinda de fora, aparentemente sem aviso. Todavia, se estivermos atentos às correntes subterrâneas dessas áreas, podemos constatar que aquela mudança deveria ter ocorrido há muito tempo.

Em qualquer um dos casos, um grupo de apoio, seja do ponto de vista emocional ou prático, pode ser proveitoso. (**Walnut**, de Bach, e **Transitions Formula**, da Desert Alchemy, são especialmente benéficos durante os trânsitos de Urano) Com um trígono, a revolta é menos drástica. Conseguimos realizar a mudança, ganhando a admiração velada dos nossos circunstantes. Com aspectos mais difíceis, pode ser mais intensa a pressão para nos conformarmos à tradição, e assim o terremoto lunar, quando nos rebelamos, pode ser mais desagregador. Naturalmente, Urano sempre carrega a possibilidade de distanciamento emocional, de perspectiva iluminada e de evolução social. Não negue, recorrendo à racionalização, seus sentimentos ante tais modificações; um dia, eles podem entrar em erupção e apanhar você de surpresa.

Quando Netuno transita pela Lua, há desilusão com os papéis femininos. As mulheres podem se sentir esgotadas e aprisionadas pelas responsabilidades lunares e incapazes de continuar a cuidar ou de vir em socorro de outros. O lar é sentido como uma prisão, as exigências dos filhos ou do parceiro são avassaladoras. Para os homens pode haver um período de idealização de uma mulher importante, seguida da desilusão ante a revelação de sua humanidade. Queremos alguém que nos resgate e nos leve para longe de tudo isso. Ainda que apareça o cavaleiro branco, o guru ou a mãe de todas as mães, há um preço alto a pagar por semelhante submersão. Ela impede o crescimento posterior e no final se torna sufocante. Cessada a utilidade do útero, ele se torna tóxico. O floral **Barnacle**, da Pacific Essences, ou **Milky Nipple Cactus**, da Desert Alchemy podem nos ajudar a nos libertarmos da dependência inconveniente).

Quando Plutão transita pela Lua, pode-se registrar uma intensa confrontação quanto aos papéis femininos. Se ocorre uma gravidez sobre a qual o casal está ambivalente, ela pode envolver uma disputa de poder ou ser um artifício para continuar dependente. Ainda assim, uma mudança no papel pode ser uma intensa metamorfose na qual a mulher vivencie o poder de sua feminilidade. Quando nos tornamos mães, passamos por uma transformação no nível profundo e nos aproximamos das mães de todas as épocas. A puberdade e a menopausa são outras mudanças

plutonianas na fisiologia e no espírito femininos. A necessidade de ter um ninho ou talvez de transformar nosso espaço vital pode tornar-se obsessiva. Plutão é profundo, interno e poderoso, portanto a mulher ou o homem que o vivencie não poderá jamais apostar cegamente nos círculos lunares. Talvez lamentemos a extinção de uma época em que podíamos inocentemente depender da mamãe e de suas substitutas sem precisarmos pagar na mesma moeda.

Será Que Vou Me Mudar?

Mudar-se para uma nova casa pode ser pane do que acontece durante um trânsito pela Lua natal, pela cúspide da 4ª casa (FC), pela travessia da 4ª casa, ou por um planeta na 4ª casa. Como uma intérprete registrada da Astro*Carto*Graphy, por anos a fio observei esses trânsitos como os principais causadores de mudança de residência. A realocação acontece mais suavemente sob um trígono — sendo as mais rápidas e menos atribuladas aquelas do trígono Lua-Urano. Uma mudança sob o trígono Lua-Saturno, entretanto, é mais organizada e possivelmente mais permanente! Sob um aspecto Lua-Urano de qualquer tipo, você pode muito bem deixar embalados os objetos que não forem essenciais, pois é possível que volte a se mudar mais de uma vez, graças aos repetidos golpes de Urano.

Comprar casa, principalmente a primeira, é um rito de passagem para a condição adulta. Ter uma casa própria dá a você um sentido maior de segurança, enraizamento e pertinência — principalmente para os tipos lunares. Os aspectos Lua-Saturno e Lua-Plutão são os que mais provavelmente envolvem compras efetivas de imóveis, embora Plutão acompanhe com a mesma freqüência as obras de reforma do imóvel. Com aspectos Lua-Saturno, uma casa própria pode ser o resultado de um bem-merecido sucesso. Você pode ser conservador(a) em sua compra. Talvez você escolha alguma coisa menor e menos luxuosa de que gostaria, pois está sendo realista quanto a compromissos financeiros muito pesados.

Com alguns contatos Lua-Plutão, a nova casa pode ser financiada por alguma outra coisa que não seus esforços. A fonte poderia ser uma

herança, um presente ou suborno dado por seus pais, com um anzol na ponta, a verba de uma dotação ou um acordo de divórcio — ou talvez fosse um derradeiro e desesperado esforço de manter inteiro o casamento. Se você sofreu perdas lunares durante essa fase, dê a si próprio(a) um tempo para chorar o final de um capítulo de sua vida. O pesar pode ser exacerbado por um período de isolamento no novo endereço.

Nos trânsitos Lua-Netuno, você provavelmente não está pensando nas coisas com a necessária cautela, e talvez venha a lamentar a decisão. Você não está exatamente mudando-se para alguma coisa, mas sim, se mudando para longe de alguma coisa, porque ficou desiludido(a). As fantasias que construiu sobre uma maravilhosa vida nova tendem a ser pouco realistas. Quando você compra um imóvel durante um trânsito de Netuno pela Lua, ou outros pontos mencionados acima, provavelmente não inspeciona o porão ou os alicerces. O corretor armou o cenário, e você talvez se veja por muito tempo com uma batata quente nas mãos. O que se pode fazer num caso desses? Ah, bom, seria condenável eu lhe sugerir arranjar um comprador que também esteja sob um aspecto Lua-Netuno, não é mesmo? Talvez você possa doá-lo à igreja, a seu guru ou a alguma organização de caridade. Ou então fique firme no lugar, para receber qualquer lição espiritual profunda que ele tenha a lhe ensinar — como a tradicional lição sobre não assinar nada que não tenha lido e compreendido.

Joyce Mason diz que se você sente propensão a mudanças de residência durante um trânsito Lua-Quíron, provavelmente está motivado(a) pelo crescimento interior ou pela necessidade de ajudar ou curar a mãe, ou uma mulher importante de sua vida. Com freqüência, os trânsitos de Quíron acontecem quando menos desejamos abandonar o lar onde estamos processando grande quantidade de lixo psicológico, anteriormente desconhecido por nós ou, no mínimo, não totalmente processado. Durante os ciclos mais positivos de Quíron-Lua, estamos mediunicamente abertos, fato que pode ampliar nossa sintonia com a energia de um lugar para conferir se ele está adequado as nossas necessidades. Mudanças permanentes podem ser para lugares onde possam ocorrer a cura e novos conhecimentos. Se feita, entretanto, sob aspectos estressantes, a sensação de desajuste, de não ser bem-vindo(a) ou de estar isolado(a) pode ser parte da experiência.

A questão que freqüentemente peço a meus clientes que considerem é a de que, embora o planeta envolvido mostre as circunstâncias da mudança, o fator mais importante é, por que você está fazendo isso? Em geral, é por causa de uma importante mudança nas áreas lunares da vida. Freqüentemente, a razão é que o útero se tornou demasiado confinado. Como um jovem adulto, você deixa a casa dos pais e vai para sua própria casa. Posteriormente, talvez você se mude para formar um lar com alguém — ou um lar sem alguém. Às vezes, como qualquer aspecto no FC é simultaneamente um aspecto do Meio-Céu, ou você ou seu parceiro(a) encontram emprego num outro local. Talvez agora você tenha família e a casa tenha ficado pequena demais. Ou talvez a família já esteja criada, e você não necessite de tanto espaço assim. A Lua passa a crescente e minguante, tudo no mesmo ciclo vital. A pressão para deixar o útero precede a transferência domiciliar. Ocorre um realinhamento lunar antes da mudança, seguido de um longo ajuste para a nova casa.

Se você está se mudando para uma distância superior a 800 Km a leste ou a oeste de seu local de nascimento, incidentalmente seria importante encomendar a confecção de um mapa da Astro*Carto*Graphy. Este é um mapa do globo, impresso em computador, mostrando as áreas onde cada um de seus planetas natais vai cair no Ascendente, no FC, no Descendente e no Meio-Céu. Principalmente no caso de você não ter idéia do lugar onde quer viver, este mapa pode ajudá-lo(a) a encontrar ótimas localizações para negócios, amor, vida doméstica, saúde e viagens. Ele também pode ajudar você a evitar enganos realmente sérios nas mudanças de domicílio, como mudar-se para um lugar onde Saturno, Netuno ou Plutão estejam angular.[3] Você decerto vai querer ler sobre o local escolhido, no *Places Rated Almanac*, obra de referência que faz parte da biblioteca de qualquer astrólogo.[4] Ao cogitar uma mudança baseando-se

[3] Para obter seu mapa, tenha à mão a hora exata de seu nascimento e o cartão de crédito e ligue 1-800-MAPPING. Ou envie um cheque de US$19,50 para Astro Numeric Services, PO Box 336, Ashland, OR, 97520. A data de nascimento exata é importante, já que nela se baseia a localização das linhas. Você receberá um folheto de interpretação com perspectivas úteis sobre as várias linhas. Entretanto, os pontos de vista deles sobre as linhas da Lua tendem a ser deformadas e precisam ser tomadas com cautela. (A essa altura, você deve estar pensando o mesmo a meu respeito!) Se você achar o mapa difícil de ler, solicite à empresa uma lista dos astrólogos autorizados de sua região.

[4] Da autoria de Richard Boyer e David Savageau, é publicado por Prentice Hall Travei, Nova York, e periodicamente atualizado.

no mapa Astro*Carto*Graphy, é importante consultar o mapa natal para interpretação e programação da melhor ocasião. Suponhamos que você esteja pensando em se mudar para uma de suas linhas de Vênus, considerados os melhores lugares do mundo para encontrar o amor. Entretanto, se seu Vênus natal tem todos os maus aspectos imagináveis, os padrões indesejáveis que há muito você mantém nos relacionamentos estariam não só ativos, mas também exacerbados, naquele local. Se a meta for amor, para você seria melhor escolher uma das linhas descendentes, como o Sol ou Júpiter no Descendente. A ocasião certa é também um fator importante, até quando nos mudamos para um local positivo. Não se mude quando nada estiver acontecendo em sua Lua, FC ou nos planetas da 4ª casa, ou quando Netuno lhes estiver aspectando. Caso você se mude, poderá perfeitamente ficar à toa na vida durante um ou dois dispendiosos anos.

Como você pode ver, mudar de domicílio não é apenas uma questão de embalar as coisas e chamar o caminhão de mudança. Você talvez descubra, entretanto, que enquanto embala os objetos, está fazendo uma viagem intensa pelas avenidas da recordação. Cada objeto tocado tem lembranças e sentimentos ligados a ele, que você pode reviver. O processo de decidir o que conservar e o que jogar fora envolve a reavaliação de suas prioridades e valores. Uma mudança é um imenso reajuste em muitas áreas lunares da vida, afinal, o que pode ser mais fundamental do que a casa? O caranguejo atravessa um período de vulnerabilidade quando larga a sua carapaça. Nós, também, podemos nos sentir especialmente vulneráveis por no mínimo um ano depois de nos mudarmos — um ciclo completo de lunações. Podem ocorrer fortes reações somáticas, principalmente do estômago ou do ciclo menstrual. Os tipos lunares, em particular, podem achar estressante a mudança. Uma mudança não deve ser realizada de modo rápido; dê a si mesmo(a) bastante espaço para sentir as perdas e inseguranças e para criar raízes no novo lar. (O floral de Bach, **Walnut**, para quem está em transição, pode ser necessário na maior parte desse primeiro ano.)

Uivando para a Lua — Trânsitos Lunares e suas Emoções

Um trânsito de um planeta exterior pela Lua exige uma modificação em sua economia emocional. Faça uma revisão da posição de nascimento e seus aspectos. Eles irão ajudar você a entender seu próprio estilo de gerenciamento emocional no passado. Recorde as discussões de seus hábitos emocionais e os sentimentos com os quais seu signo lunar se sente mais à vontade, e também aqueles que você preferiria negar. Esses velhos hábitos e defesas podem já não ser eficientes sob a pressão dos aspectos de planetas exteriores. Durante um cerco à Lua, as pessoas freqüentemente se sentem inundadas de sentimentos que estiveram mantendo distantes por um tempo demasiado longo. Isso é especialmente possível durante a primeira travessia feita pelo planeta exterior. Aqueles, cuja preferência seria continuar se reprimindo, são lembrados do fato de que até mesmo a Lua em trânsito pode determinar uma explosão emocional ou catarse. Imagine então a dimensão do expurgo que pode acarretar o trânsito de um planeta exterior. Entretanto, se você trabalhar com seu hemisfério lunar e assumir o tempo todo seus verdadeiros sentimentos, não haverá nenhum acúmulo a ser deflagrado.

É claro que, se houver aspectos suficientemente fortes, qualquer um desses trânsitos pode provocar um derretimento lunar, e talvez necessitemos de ajuda para atravessá-los de forma ideal. Não precisamos fazê-lo sozinhos(a), e, aliás, dificilmente um indivíduo teria a objetividade necessária. De todas as épocas de nossas vidas, essa é uma das mais eficazes para fazer terapia. Nossos padrões nas áreas lunares são tão subjetivos, tão habituais e tão automáticos que fica difícil para nós enxergá-los. Desajustes familiares — ou os resultados deles em nosso psiquismo — provavelmente serão mobilizados. Se você nunca fez terapia — jamais expôs o lado escuro da Lua à luz intensa do Sol — esta pode ser a ocasião para fazer uma experiência. Se você fez terapia no passado, antigas questões podem surgir à tona para reexame, portanto um breve retorno poderia ser útil.

Trabalhar com uma curandeira ou terapeuta agora pode oferecer uma experiência de maternação corretiva capaz de proporcionar uma cura profunda. A programação emocional feita por nossas mães provavelmente irá aflorar, necessitando liberação. No processo, também podemos

desprogramar qualquer condicionamento negativo que recebemos da mãe, e adquirir um novo modelo da condição feminina. Entretanto, podemos odiar a obrigação de pagar pela maternação à que julgamos ter direito gratuito. (Sob os trânsitos pelo Sol ou Marte, a sugestão seria ajudantes do sexo masculino.)

O que ganhamos em permitir nossos sentimentos e trabalhar na integração de nossas emoções? Podemos estabelecer uma zona de conforto mais ampla para os sentimentos que nossas famílias nunca aprovaram e nem gostariam que tivéssemos agora. Podemos criar mecanismos mais saudáveis para lidar com a realidade e uma autenticidade maior, baseada em atender nossas necessidades lunares. Podemos sentir alívio em relação a hábitos emocionais problemáticos. Talvez você considere especialmente importantes, na travessia dessa crise e no estabelecimento de um equilíbrio emocional mais saudável, os florais sugeridos, no capítulo 5, para seu signo lunar.

Naturalmente, nem todos os trânsitos da Lua produzem os mesmos efeitos. Uma Lua em Escorpião irá reagir mais intensamente que uma Lua em Gêmeos. Lembre-se de que os aspectos menos difíceis podem ser menos estressantes que os aspectos difíceis. A posição da casa da Lua natal e a posição dos planetas em trânsito irão mostrar onde este processo deve ser mais ativo. Entretanto, um trânsito lunar é um trânsito lunar, e você tem emoções em todas as áreas da vida, não só nas questões da posição da casa natal deste trânsito. Vamos examinar algumas possíveis linhas de ação.

No trânsito de Saturno pela Lua, nós podemos ficar num estado sombrio e até deprimido. Às vezes, se ele provoca e reproduz aspectos do mapa natal, essa depressão pode ser bioquímica e mesmo ter base genética, freqüentemente vinda do lado materno da família. De modo mais geral, a ansiedade, a preocupação e o estresse nos atormentam porque estamos encarando a realidade e a passagem do tempo. (Os florais de Bach, **Aspen**, **White Chestnut** e — em estados de pânico — **Rock Rose** podem ajudar a acalmar nossos medos e preocupações.) A preocupação e a tristeza freqüentemente estão relacionadas com a perda das redes de segurança lunares e com a exigência de assumirmos mais responsabilidade, durante certos ritos de passagem da vida adulta. No final, conseguiremos assumir

esses compromissos — praticamente não nos resta escolha — e poderemos chegar a sentir satisfação em nossas novas condições e papéis. **Fairy Lantern**, ou **Milkweed**, da FES, pode ajudar os "Peter Pans" que vivem entre nós a amadurecerem.

No trânsito de Quíron pela Lua, Joyce Mason diz que questões de saúde ou de percepção corporal podem surgir, principalmente nas partes do corpo regidas pela Lua. A conexão emocional com a doença e com a autodestruição através de hábitos negativos como a compulsão alimentar, o consumo excessivo de café, ou o álcool podem estar implorando para serem encarados. Você talvez também sinta uma fone necessidade de receber ou dar apoio emocional e necessite muito da aceitação da família ou de grupos semelhantes. Antigas feridas causadas por desajuste familiar podem aflorar, para serem resolvidas. Especialmente intenso pode ser o sentimento de não-pertinência presente ou passada. A essência **Shooting Star**, da FES e da Pegasus, é ideal para a restauração do sentido de ligação com os demais. A necessidade de cortar ou de curar laços familiares e passar um bálsamo em sua própria alma é imperativa. A rejeição por pane da mãe ou questões de vínculo podem surgir. A essência **Evening Primrose**, da FES, é útil para curar essas experiências, que podem remontar até mesmo à vida *intra-uterina*. Você pode ficar sintonizado(a) ao sentimento de ter sido indesejado(a), inesperado(a), ou no fato de que Mamãe simplesmente não estava pronta para a maternidade.

Trata-se de uma época intimista, em que é essencial muita solicitude. É um excelente período da vida para aconselhamento e retiros, para que você possa discernir seus próprios sentimentos e busque um sentido de plenitude. Combinada à sabedoria adulta e a experiência, o resultado da reencenação emocional e da liberação do passado é a aquisição do poder pessoal.

Além disso, a intuição provavelmente surgirá muito forte, em ambos os sexos. Se você não for uma pessoa muito versada em fenômenos parapsicológicos, poderá achar que está ficando louca, a tal ponto de se converter num receptor de rádio para informações que estão em torno de si. No começo, isto pode ser um pouco estranho. Caso venha a se sentir excessivamente aberta e avassalada por essas experiências,

experimente o floral **Canyon Dudleya**, da FES. O floral **Yarrow**, manufaturado por diversas empresas, é praticamente indispensável durante esses períodos, para você distinguir claramente sua própria energia da energia alheia que está captando, e não terminar enredada nas emoções delas. Do lado positivo, durante os aspectos fluentes você pode, mais que nunca, ter acesso à mente subconsciente e ao Eu Superior. Seja como for, trata-se de um tempo de intensas emoções e sensibilidade. Sua percepção das necessidades alheias pode tornar-se aguda. Se conseguir estabilizar essa onda de sentimentos por meio de ferramentas como meditação e florais, poderá realizar saltos quânticos de crescimento interno e da própria capacidade de ajudar ou de curar outros, e também a si mesmo(a).

No trânsito de Urano pela Lua, segundo minha experiência, as emoções que desautorizamos podem súbita e chocantemente surgir à superfície. Não somos mais os seres modernos, racionais, iluminados que acreditávamos ser, castiga-nos a descoberta de como realmente somos emocionais. Se desautorizamos a raiva, ela volta vinda do campo esquerdo, às vezes explosivamente. Se desautorizamos a tristeza, vemo-nos subitamente imersos nela. Não há tempo para reflexão ou processamento, pois nossos sentimentos são fulgurantemente claros, impossíveis de negar e exigem ação. Podemos até acreditar que estamos tendo um colapso nervoso, mas trata-se realmente de um avanço, no qual passamos a agir de forma mais autêntica. Somos revelados como humanos, como capazes de certas reações "primitivas", de cuja superação nos orgulhávamos. Abaixe a crista! Esse trânsito pode ser verdadeiramente iluminador, por devolver você à raça humana.

No trânsito de Netuno pela Lua, nossas emoções estão todas em alto-mar e é difícil saber exatamente o que sentimos. E então descobrimos o que estamos sentindo, e melhor seria não tê-lo feito! Velhos mecanismos de defesa se desmoronam, e nos inundam emoções que a nosso ver éramos demasiado espirituais para ter. Nas áreas lunares da vida, a negação pode ser desmascarada, e encaramos realidades dolorosas. Queremos obliterar a dor, logo nos embotamos, talvez com alguma ajuda de nossa droga favorita. (A minha é sorvete.) Podemos escorregar para um quadro

mental de desamparo, de impotência. "Por que eu?", perguntamos, cheios de autocomiseração. Buscamos respostas espirituais pois tudo em que confiávamos está tão confuso quanto nós. No final, encontramos consolação na busca, forças para encarar esses novos desafios, e uma compreensão mais compassiva do sofrimento dos outros, inclusive daquilo por que passaram nossos pais. Também já não conseguimos nos enganar tão facilmente sobre nossos sentimentos. (**Fuchsia**, da FES é útil para esclarecer as emoções difusas e o floral **Violet Curls**, da Desert Alchemy, pode organizar o emaranhado de sentimentos. Para a autocomiseração, experimente o floral **Heather**, de Bach.)

No transito de Plutão pela Lua, talvez em reação a uma crise familiar, fortes sentimentos podem surgir em relação ao passado e a nosso relacionamento anterior com a mãe e até a avó. Às vezes, coisas que esquecemos ou reprimimos todos esses anos surgem na superfície, e nós as revivemos e, por fim, as liberamos. Questões lunares e ligadas à família de origem, que acreditávamos longamente sepultadas, surgem uma vez mais, portanto podemos adquirir uma nova perspectiva das mesmas.

Talvez você ache meu livro, *Healing Pluto Problems*, um manual de sobrevivência para este trânsito. Em todas as áreas lunares da vida, nosso lado sombrio nos confronta e nós o encaramos decididamente. (Para a sombra, experimente, **Black-Eyed Susan**, da FES, ou **Rainbow Cactus**, da Desert Alchemy.) Com ou sem a ajuda de um bombeiro hidráulico sob a forma de terapia, nós desentupimos as emoções reprimidas. Nós as sentimos todas, repetidamente, e mesmo obsessivamente, até termos bebido a última gota do amargo fel. Ruminamos ressentimentos (**Willow**) e choramos as perdas não-pranteadas de nossas vidas (**Bleeding Heart**). Vivenciamos as traições e o abuso de poder ante os quais estivéramos cegos até agora (**Centaury**). Ruminamos obsessivamente nossos sentimentos, até que eles por fim nos dêem nos nervos, sem falar nos nervos de quem tem a infelicidade de estar junto a nós. Finalmente, depois de todo o nosso trabalho, ficamos mais leves, mais claros e mais livres, porque já não precisamos mais carregar conosco a bagagem emocional do passado.

Pegue Já seu Kit para Terremotos!

Sabe, acho que este é talvez o capítulo mais tenebroso que escrevi na vida! Eu tinha escrito sobre dependência química, incesto, violência doméstica, morte e até possessão, mas este é o pior! É porque os trânsitos pela Lua atingem nossos próprios alicerces — o lar, a mãe, a família, nossa fonte de segurança. Essas são as áreas onde menos toleramos mudança, mesmo quando dirigidos para algo melhor. Esta é a área onde somos mais extremamente emocionais. Se você considera essas descrições alarmantes, é somente uma demonstração de como a Lua é crucial em nossos horóscopos. Os trânsitos pelo Sol podem desafiar-nos e fazer com que nos estiquemos, mas são mais fáceis de aceitar do que os trânsitos pela Lua. Se você está passando por um, você vai atravessá-lo. Sua vida pode ficar melhor ainda depois dele, mas você terá de trabalhar muito para manter equilibrado seu hemisfério lunar. Um trabalho consistente com as ferramentas dadas por meio do presente livro pode ajudar, tanto quanto podem fazê-lo as ferramentas do próximo capítulo.

CAPÍTULO 16

A LUA COMO MANTRA, A LUA COMO ESPELHO

Em meus tempos de Brooklin, costumava ver uma velha sem-teto chamada Madge, sentada nos degraus de uma *delicatessen* da área yuppie onde eu residia. Com a pele acinzentada de sujeira antiga, usava camadas e camadas de roupas esfarrapadas e esbravejava com seus perseguidores invisíveis, mas capturou minha imaginação. Andava com um manuscrito volumoso agarrado em suas mãos grosseiras, e este ia crescendo um pouco mais a cada dia. Ela não escrevia como você ou eu fazemos, escrevia num círculo, que ia crescendo regularmente a partir do centro da página para os bordos externos. A vida nas ruas jamais a impediu de fazer seu trabalho — seus poderes de concentração eram espantosos! Eu sempre imaginava que ela fosse uma verdadeira megera viva, inspirada por uma das deusas da Lua — não Diana, mas talvez Hécata — e que sua escritura pudesse algum dia nos salvar a todos.

Eu também, em cada um dos capítulos, estive escrevendo em círculos. Nós repetidamente cobrimos a Lua, a trilha da Lua através dos doze signos, e todas as suas funções. Eu tentei manter racional e respeitável este livro, citando evidência científica das conexões entre os significados da Lua. Mas agora, vamos a Madge. (Na verdade, quem sabe você já não a avistou por aí.) A Lua é não-linear e não-racional por natureza, portanto nem todas as respostas a problemas lunares podem ser lógicas. O que estaremos examinando neste capítulo final são algumas soluções malucas, algumas delas canalizadas e algumas simplesmente um pouco insólitas. Se o abracadabra não é a sua jogada, vamos nos separar aqui. Falo sério. E espero que você tenha gostado do livro.

Genes e Genealogia — Um Caminho de Volta ao Lar?

Como são fortes as ligações familiares — quer positivas, quer negativas — dos tipos lunares, elas são dolorosamente afetadas pela morte ou pela perda de membros da família. A genealogia é um esforço reconfortante para ajudá-los a recuperar o sentido de pertinência e de continuidade. Sua crescente popularidade atesta o fato de que muitos de nós sentem a necessidade de recuperar o contato com as raízes. Muitas das pessoas de minhas relações que seriamente se dedicam a ela são tipos cancerianos ou lunares.

Talvez ela seja mais uma ferramenta de cura do que um passatempo. Seria especialmente satisfatória durante um trânsito de Plutão pela Lua, pelo FC ou por um planeta da 4ª casa. Quando Plutão estava em oposição à minha Lua, minha mãe morreu e eu pela primeira vez me senti atraída a recompor nossa árvore genealógica. Por sorte estive fazendo essa pesquisa enquanto alguns parentes mais velhos ainda estavam por aqui, inclusive a historiadora da família, minha tia-avó Edna, de 90 anos. Muitas famílias estão hoje tão dispersas que seus registros estão se perdendo rapidamente. Em contraste, Gretchen Lawlor me diz que os anciãos da tribo Maori, da Nova Zelândia, conseguem — e, na verdade, espera-se que o façam — recitar até 28 gerações de ancestrais antes que lhes permitam falar numa cerimônia. Segura essa!

O mundo solar — útil, até que enfim — está rapidamente informatizando as principais fontes de registro, como a base de dados da igreja dos mórmons em Salt Lake City, e os arquivos de imigração em Estate Island. Há programas de computador para genealogia, sendo alguns deles de baixo custo.[1] Existem agora CD-ROMs de base de dados que lhe permitem digitar um nome e ficar sabendo onde conseguir informação sobre a pessoa. Na Internet há grupos de interesse especial em genealogia cujos membros compartilham dicas e fontes de informação.[2] Se sua própria

[1] Uma fonte importante desse tipo de produto, e também de programas sobre astrologia, numerologia e herbologia, é Software Labs, 1-800-569-7900.

[2] Uma vez que você esteja ligada na rede, encontrará seis ou sete deles nos grupos sob *soc.genealogy*, inclusive as *extensões.misc,.surnames,.methods e.computer*. A National Genealogical Society tem seu boletim, que você pode acessar via modem, ligando para 703-528-2612. As sucursais em cada estado e cidade importante também têm seus próprios boletins, com quem a organização nacional pode colocá-la em contato.

tia-avó Edna já tiver passado, você talvez tenha de entrar na infovia para descobrir de onde veio. (Quanto a mim, continuo sentada em cima do muro, perguntando se realmente me interessa essa viagem.)

Uma interessante aplicação da Astro*Carto*Graphy, descoberta por mim, é que muitas pessoas têm linhas significativas de Meio-Céu e FC no velho continente, nas regiões de onde provieram seus antepassados. Uma mulher que levantou suas remotas raízes de nativa americana descobriu que a linha de Meio-Céu de sua Lua atravessava a reserva indígena. A natureza da linha pode dizer alguma coisa sobre as razões da imigração. Por exemplo, uma descendente dos sobreviventes do holocausto tinha uma cruel travessia de Saturno-Plutão na área do campo de concentração. Se você não sabe exatamente de que ponto do país veio sua tetravó, uma linha que o atravesse talvez seja um indício. Meus antepassados irlandeses Cunningham são impossíveis de descobrir — eles chegaram durante a Grande Fome da década de 1840. Entretanto, a linha de Meio-Céu de meu Sol atravessa Galway, e nunca um lugar me comoveu tanto em minha vida. Confira suas linhas no Astro*Carto*Graphy para verificar se revelam alguma coisa sobre a história da família.

Seus antepassados podem ser mais do que meras caixinhas de um geneagrama, se você se sente à vontade para conversar ou sonhar com os queridos entes que se foram. A morte é um tópico tão cheio de tabus no mundo solar que a maioria dos ocidentais se apavora só com a idéia da comunicação espiritual. Mas como nos tornamos tão seculares e científicos, perdemos nosso sentido de continuidade da vida após a morte. Ainda assim, uma pesquisa mostrou que 60% dos americanos achavam que tinham se comunicado com um ser amado que morrera.

Outras culturas mais lunares acham natural esses contatos com os parentes mortos. Em seus rituais fúnebres e outras cerimônias, eles regularmente recordam e homenageiam os espíritos dos mortos. Essas mesmas culturas amam seus idosos e lhes respeitam a sabedoria como nós já não fazemos, portanto é natural para eles o desejo de continuar em contato. Os indígenas americanos mencionam seus ancestrais regularmente nas cerimônias do cachimbo e sentem que receberam aconselhamento e ajuda dos mesmos. Seguidores de algumas seitas orientais, como as

japonesas e as tibetanas têm em seus lares um altar especial para os ancestrais. Alimentos e outras oferendas são regularmente deixados sobre os altares.

Eu não estou sugerindo que você continue a servir ao tio Carlos, muito depois de ele ter partido, a tona que preferia. Sei por experiência própria que a consolação pode vir da ligação com aqueles que partiram antes. Ao cortarmos nossos laços com eles, perdemos nossa herança e nosso sentido de história. Ao nos reconectarmos, também podemos despertar dons e habilidades herdados. Em algumas culturas, dizem que muitas práticas acordam o sangue, no sentido de laços sangüíneos.

Esse despertar do sangue, eu também vivenciei. Há muitos anos, quando meus pais já estavam mortos há bastante tempo, voltei à minha cidadezinha natal, no campo. Visitei e cuidei de uma tia materna que estava morrendo de câncer. Quando voltei a Nova York, descobri com surpresa que meu avô paterno tinha vindo viver comigo. Nós não éramos muito ligados quando eu era pequena, e ele já estava morto há 40 anos, mas evidentemente tinha estado ligado a minha tia. Ele, minha mãe e as irmãs dela eram geniais com as plantas, embora não com as ervas. Vivendo na cidade, eu virtualmente não tinha contato com o cultivo de plantas. Sob a influência dele, associei-me ao Jardim Botânico do Brooklin e passava horas em seus numerosos canteiros de flores. Fiquei fascinada com as famílias de plantas, os nomes latinos e as histórias das flores. Ele parecia ter um dom natural para se comunicar com os espíritos das plantas, e estar com ele abriu essa possibilidade para mim. Esses novos esforços ampliaram enormemente minha compreensão das essências florais.

Nos dois anos que meu avô ficou comigo, eu estava consciente de estar construindo um vínculo amoroso. Na região inteira onde viveu, ele era conhecido pela melhoria de espécies de melancias, portanto eu conservei algumas sementes de melancia num lugar especial para ele. Não se tratava realmente de um altar — eu não faço esse gênero — mas era uma espécie de altar. Era um lugarzinho pequeno, entende, onde eu mantinha seu retrato e o da minha mãe e também algumas flores e, claro, as sementes de melancia.

Como é que se fala com os antepassados? Bem, como é que você fala com a vovó, quando ela está por aqui? Não é muito mais complexo nem mais misterioso que isso. Eu não ando alardeando por aí, mas sou médium. Acho que os mortos são muito parecidos com todo mundo. Se você lhes der amor e atenção, ouvirá coisas deles. Se você os ignorar, não ouvirá. (Esteja consciente, no entanto, que não é mais saudável a co-dependência em relação aos falecidos do que em relação aos vivos. E não existe nenhum grupo de apoio para isso.)

Se quer fazer contato com seus ancestrais, fale com eles regularmente de todo o coração, deixando-os sentir que você ainda os ama e quer vê-los. Você pode fazer uma oferenda ou contribuição em seus nomes, especialmente para uma causa ou grupo que eles apreciavam. Fotos ou lembranças de família, mantidas num lugar especial, fortalecem o contato. O floral **Angel's Trumpet**, da FES, ajuda na conexão. Você talvez não obtenha respostas. Os sonhos são freqüentemente mais cômodos para esse trabalho, de forma que você talvez se descubra sonhando com eles ou acordando com soluções para problemas práticos que esteja enfrentando. É apenas uma sugestão, mas alguns cancerianos podem achar reconfortante.

Hemisfério Lunar, Você Copia?

Nós já falamos muito sobre os benefícios de se entrar em contato com seu hemisfério lunar. Sem dúvida você estará se indagando como proceder à abertura de uma linha de comunicação. (Por favor, qual é o endereço do correio eletrônico?) Nós falamos sobre meditação praticada individualmente ou em grupo, reuniões da Lua cheia, rituais e conexões com a deusa Lua. Talvez você esteja insegura com essas práticas pouco ortodoxas e nem um pouco ocidentais. Para ser franca, eu também — não por alguma questão religiosa, mas simplesmente porque elas são estranhas a alguém que se criou num ambiente caipira do meio-oeste americano.

Para encontrar métodos mais específicos e confortáveis, portanto, pedi ajuda a um parapsicólogo muito especial, Andrew Ramer, que me deu as técnicas a seguir. Algumas delas parecem levemente malucas, porém

fazem sentido quando você pensa na profunda inter-relação que têm com todos os significados lunares. Vou passá-las adiante, e você está convidado(a) a experimentar qualquer uma que lhe atraia. Como o lado escuro da Lua jamais está voltado para nós, nunca o vemos, mas aqui poderemos ter um vislumbre.

Andrew diz que, como princípio geral, nossa estada no útero é a mais pura experiência lunar, daí muitas das técnicas serem intra-uterinas 'm seu conteúdo. O feto se balança no líquido e se move vagarosamente, explorando as paredes do útero e tocando seu próprio corpo, que é coberto por uma substância escorregadia. O útero não é escuro como podemos crer, mas sim iluminado de um fulgor suave como a luz da Lua. Muitas das sugestões também se baseiam na luz indireta.

Água: Deite-se de lado numa banheira de água morna, em posição fetal, e, sem tentar provocar o movimento, fique se balançando suavemente e sem esforço. O uso de óleo de banho pode evocar o escorregadio da pele do bebê. Essa prática é mais eficaz antes de dormir e, no mínimo, seu efeito é relaxante. Posteriormente, você pode dirigir o subconsciente para usar os sonhos no trabalho com problemas lunares. Peça para se lembrar dos sonhos.

Massagem: Uma razão para a massagem ser tão prazerosa é que ela desacelera os batimentos cardíacos e unifica os ritmos de tal forma que as percepções se alteram. A automassagem com óleo e de olhos fechados é também evocativa da camada escorregadia e da auto-investigação do feto. Ela é extremamente calmante, principalmente antes de dormir.

Balanço: Balançar-se numa cadeira ou ser abraçado e balançado por outra pessoa evoca o lado lunar. Os espíritos disseram que seria praticamente tão terapêutico ser balançado em silêncio por seu terapeuta durante meia hora quanto passar uma hora analisando coisas. (Os espíritos obviamente não entendem as realidades da terapia convencional!)

Umbigo: O conceito da contemplação do próprio umbigo tornou-se levemente ridículo para os ocidentais, e simboliza o místico pouco prático. Porém, essa técnica visava originalmente o objetivo de se reconectar com

a experiência uterina e de contemplar o ponto de onde surgiram as energias.

Comida: Andrew diz, "Às vezes a única coisa que funciona é fazer sopa!" Isso faz sentido — uma canja de galinha não é, para muitos de nós, símbolo do amor materno? Andrew designou certos legumes como lunares — tubérculos como batata, bardana, nabiça e cenoura. Eles devem ser incluídos na sopa, mas em quantidades moderadas, já que muitos podem ser tóxicos.

Em geral, somos aconselhados a prestar mais atenção ao alimento e nos alimentarmos de forma carinhosa. A comida é, para quem já nasceu, o que o cordão umbilical é para quem ainda não nasceu, mas para o feto a conexão é direta e sem esforço, ao passo que nós precisamos trabalhar o alimento. Entretanto, os alimentos certos, preparados e comidos carinhosamente, podem nos satisfazer de uma forma profunda e emocional.

Outra prática que não deveria ser negligenciada é o ritual de abençoar a comida, como quem agradece. Carregar o alimento com energia da força vital a torna vivo, em vez de inerte. Basta colocar as mãos acima do alimento por uns instantes, pedindo que as energias espirituais sejam canalizadas para ele. Imagine um fluxo de energia passando através de seus dedos. Guloseimas que tenham recebido essa carga de energia podem lhe fazer tanto bem quanto um alimento natural que não tenha sido carregado assim. Se você estudou reiki ou alguma outra forma de energia ou de luz, use essas ferramentas para carregar sua comida.

Trabalho Doméstico: Embora tenhamos chegado a desprezar o trabalho doméstico como símbolo da opressão feminina, os atos envolvidos em cuidar da casa são em si mesmos antídotos para a alienação e a depressão. Enquanto todos nós — homens e mulheres, crianças e adultos — realizamos atos amorosos para embelezar nossas casas e tomá-las mais confortáveis, perdemos nossos sentimentos de desenraizamento. Formamos nossos ninhos com nossas vibrações e os tornamos acolhedores e seguros.

Movimentos associados com algumas tarefas de arrumar a casa podem, por si mesmos, produzir estados alterados de consciência. Os movimentos rítmicos envolvidos em varrer ou em amassar a massa do pão podem mudar você num nível interior. Lavar os pratos pode ser um ritual aquático, uma limpeza interior, com os movimentos circulares induzindo um estado meditativo. É o oficio das artes domésticas, mais que o papel de dona de casa, pois todo ser humano pode e deve se envolver na transformação da casa num lar.

Trabalho Artístico: Artesanato, artes plásticas e até tricô podem desacelerar e sincronizar nossos ritmos. Toques deliberados, lentos e curtos, como os das pinceladas, alteram a percepção do artista, pois evocam os movimentos minúsculos do bebê explorando o útero. Modelagem com argila emprega aqueles mesmos gestos lentos e evoca a sensação escorregadia.

O Parto Natural: Quando compartilhei esses exercícios com uma de minhas estudantes, Mariah Larkin, ela me deu a sugestão adicional de experimentar os exercícios recomendados para o pano natural. As técnicas de respiração profunda e de relaxamento alterariam a consciência, mas a evocação da experiência do nascimento em si pode trazer percepções emocionais, principalmente na área materna. (A técnica de terapia conhecida como renascimento pode ser bastante poderosa para indivíduos fortemente lunares, principalmente os que sofreram ferimentos em família.)

Luz de Velas: Esta é a mais surpreendente das recomendações. Primeiro, medite diante de uma vela de 3 a 5 minutos, concentrando-se na chama. Então, fique de costas para a vela, deixando-a atrás de si e a luz será indireta como a da Lua. O que surge é alguma coisa que você não esteve querendo encarar, alguma coisa acontecendo na pane oculta de você mesma. Assim, este exercício pode evocar sentimentos perturbadores mas irá revelar partes de você que necessitam ser trabalhadas. Esta última técnica evoca muitas metáforas lunares que podem nos ajudar a entender os processos de contatar a pane lunar de nós mesmos. A luz da Lua é indireta, mas com ela podemos enxergar de uma maneira diferente.

Remédios para a Lua —E para as Estrelas

Já que agora estamos firmemente entrincheirados no lado abracadabrante das coisas, podemos perfeitamente ir fundo. As essências florais são apenas a ponta do iceberg de uma categoria chamada remédios vibracionais. Estes são essências feitas de pedras preciosas, como Moonstone, da Pegasus, e há essências feitas de coisa alguma. Isto é, elas são feitas com a energia do apogeu de um eclipse, ou no solstício de verão, ou com a luz de uma estrela focalizada através das lentes de um telescópio. Eu não as utilizo muito porque minha imaginação, por mais vasta que seja, ainda conserva suas zonas de conforto.

Porém, eu as vi em funcionamento. Fui tirada do sério por algumas delas, como o elixir da Pegasus, Starlight Elixir for Sirius, a estrela que está em conjunção com meu Sol em Câncer a aproximadamente 13°. Muitos desses remédios vibratórios parecem produzir crises de cura mais difíceis do que as provocadas pelos remédios florais, e esta é outra razão pela qual eu fico com os florais em meu próprio trabalho de cura. Não estou necessariamente recomendando qualquer uma das essências nesta categoria, muito embora acredite nelas, pois não tenho trabalhado com elas o suficiente para ser uma informante confiável. Estou simplesmente lhe informando o que existe.

Mesmo assim, talvez lhe interesse saber sobre os remédios que se baseiam nos planetas e nas estrelas fixas. São duas as empresas que os fabricam. Uma delas é a Pegasus Products, listada no capítulo 5. A outra é a Star Essences, preparadas pelos Drs. Paul e Mary Nash, e disponíveis por intermédio de Kelley Hunter, Box 311, Montpelier, VT 05601-0311. Não só os planetas, exceto Plutão, estão representados, mas ainda uma grande quantidade de estrelas fixas, inclusive Regulus, Arcturus, Spica e Algol. A Pegasus até preparou um elixir quando o maior fragmento do cometa Shoemaker-Levy 9 atingiu Júpiter em julho de 1994.

A Alaskan Flower Essence Project fabrica a essência, Northern Lights, e, Solstice Sun. Esta última foi preparada no solstício de verão, durante a temporada do sol da meia-noite, acima do Círculo Ártico. Algumas empresas preparam elixir de pedras preciosas, inclusive a Pegasus Products, Pacific Essences e a Alaskan Flower Essence Project. Como a pedra da

Lua tem uma forte associação histórica com a Lua e com a fisiologia feminina, a essência dessa gema poderá ser promissora para essas questões. Escreva para as empresas pedindo mais informações. A Siskiyou Essence Company tem um kit completo, baseado nos ciclos do Sol e da Lua. As essências lunares incluem a Lua nova e os outros três quartos, ao passo que as essências solares incluem Dawn, Midday, Twilight e Eclipse. A Siskiyou Essence Company pode ser contatada na P.O.Box 353, Ashland, OR 97520.

Tem uma Sombra da Lua Me Seguindo

> A luz da Lua é vivenciada como calmante e tranqüilizadora. A Lua não só reflete a luz do sol, ela a polariza. Quando a luz é polarizada, é canalizada. Os raios são concentrados em direções específicas, em vez de saírem ricocheteando aleatoriamente, como na luz solar.
>
> — Kathleen Rathbone[3]

Exatamente como a luz da Lua é indireta, assim também deve ser algumas vezes a abordagem a nosso hemisfério lunar. Nós não necessitamos encarar a música, para ouvi-la, e não precisamos confrontar sempre cara a cara o emocional ou as questões de relacionamento. Nossos sonhos noturnos podem ser regeneradores e nos trazer maior clareza, se os dirigirmos, e assim também muitas das técnicas consideradas aqui. Se você usá-las e aparentemente nada acontecer, lembre-se que acontecem coisas no escuro da noite, muito embora não as vejamos. O período entre o escurecimento da Lua e a primeira fímbria da Lua nova dura cerca de três dias. Quando estiver perplexa, você pode conscientemente optar por uma moratória de três dias para trabalhar internamente na questão. Algum trabalho acontecerá inconscientemente e em seus sonhos, e na altura do terceiro dia você deverá ter sua resposta.

Exatamente como a Lua é cíclica e tem seus próprios ritmos, as questões do hemisfério lunar também têm seus próprios ritmos e ciclos. Você não

[3] Do editorial em *Womanspirit*, v. 2:8 verão 1976, p. 51.

pode apressá-las sem perder o ritmo. Nós precisamos ter paciência com os processos internos e com a espera, até que estejam prontos. A Lua nova não surge até que seja a hora certa — você não pode forçá-la. O mundo solar quer forçar as coisas, quer fazê-las acontecer por demanda. Ele não reconhece a necessidade do tempo intra-uterino quando estamos nos preparando para algo novo ou quando as necessidades humanas estão envolvidas.

Essas idéias são todas metafóricas, mas a linguagem do hemisfério lunar é mais intuitiva e simbólica do que verbal. Assim também a arte e a música falam diretamente as nossas emoções sem necessidade de palavras. A poesia nem sempre faz sentido de forma linear e lógica, mas comove nossos corações. É solar a crença de que devemos enfrentar tudo cara a cara — verbalmente, racionalmente e conscientemente. As áreas lunares de nossas vidas exigem delicada manipulação — luz suave e indireta — mas isso não quer dizer que não sejam reais. Antes que mandássemos câmeras para o lado escuro da Lua não sabíamos que jeito tinha, mas confiávamos que ele estaria lá. Nós temos de confiar em nosso íntimo, nossos instintos e intuições, e até em nossos próprios ritmos internos, e então não seremos separados da Lua.

Para sermos equilibrados e íntegros, precisamos tanto do Sol quanto da Lua, no entanto vivemos numa sociedade que valoriza os princípios solares e desvaloriza os lunares. Vivemos num mundo solar e não podemos escapar deste fato. O mundo solar não é também uma coisa ruim. É positivo quando estamos vivendo num mundo onde as mulheres têm oportunidades iguais de desenvolvimento de seu lado solar pela experiência do crescimento que a educação e a vida profissional podem trazer. É positivo estarmos chegando a um ponto de poder escolher se seremos mães e donas de casa. É positivo não estarmos todos enfiados em nossas cidadezinhas para o resto da vida, e sim termos a liberdade de analisar outros locais e culturas. Mas todas essas escolhas trazem estresse, perdas e inseguranças com as quais temos de contar.

O estresse que estivemos considerando só se torna prejudicial quando tentamos ser solares às custas de isolar nossas qualidades lunares. Em vez disso necessitamos chegar a uma espécie de equilíbrio, como o equilíbrio delineado pelo clássico astrólogo e filósofo Manly P. Hall:

> O Sol está na natureza da razão; a Lua, da imaginação. O Sol é conhecimento; a Lua, esperança e fé. O Sol é força; a Lua, relaxamento. A vida do homem precisa ter seu aspecto solar, que é ação, e seu aspecto lunar, que é reflexão.[4]

Como você pode ver, os lados solar e lunar de nós mesmos são dois processos separados, e nenhum dos dois pode ser esquecido, se quisermos ser completos. No entanto, o único momento em que o Sol e a Lua estão exatamente em alinhamento no céu é durante um eclipse — e então você não consegue enxergar um dos dois!

Como então poderemos viver como tipos lunares num mundo solar? Simplesmente, permitindo-nos ser tão lunares quanto necessitemos ser. A Lua rege o lar, e devemos abrir espaço para sermos lunares na intimidade de nosso lar. Não devemos só cultivar a liberdade de sermos lunares nós mesmos, precisamos fomentar uma atmosfera segura, em que nossos bem-amados também fiquem à vontade em serem lunares. Trabalhando junto(as) e cuidando de nós mesmos(as) e de outros, poderemos sobreviver bem a esses tempos conturbados.

[4] Manly P Hall, *The Medicine of the Sun and Moon* (Los Angeles: Philosophical Research Society, Inc., n.d.), p. 16.

APÊNDICE:TABELAS DA LUA PARA 1997-2004

LUAS NOVAS DE 1997 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas: Signo Ascendente:	1/9 18CP	2/7 18AQ	3/9E 18PE	4/7 17AR	5/6 16TO	6/5 14GE	7/4 12CN	8/3 11LE	9/1E 9VI	10/1 8LI	10/31 8ES	11/30 7SG	12/29 8CP
Áries	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Touro	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Gêmeos	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
Câncer	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
Leão	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
Virgem	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5
Libra	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4
Escorpião	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
Sagitário	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
Capricórnio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1
Aquário	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Peixes	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

E = Eclipse

LUAS CHEIAS DE 1997 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas:												
Signo	1/23	2/22	3/24E	4/22	5/22	6/20	7/20	8/18	9/16E	0/15	11/14	12/14
Ascendente:	3LE	3VI	3LI	2ES	ISG	29SG	27CP	25AQ	23SG	22AR	22TO	22GE
Áries	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9
Touro	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8
Gêmeos	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7
Câncer	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6
Leão	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5
Virgem	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4
Libra	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3
Escorpião	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2
Sagitário	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1
Capricórnio	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12
Aquário	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11
Peixes	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10

E = Eclipse

LUAS NOVAS DE 1998 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas: Signo Ascendente:	1/29 8AQ	2/26E 7PE	3/28 7AR	4/26 16TO	5/25 4GE	6/24 2CN	7/23 0LE	8/22E 28LE	9/20 27VI	10/20 26LI	11/19 26ES	12/18 26SG
Áries	11	12	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9
Touro	10	11	12	1	2	3	4	4	5	6	7	8
Gêmeos	9	10	11	12	1	2	3	3	4	5	6	7
Câncer	8	9	10	11	12	1	2	2	3	4	5	6
Leão	7	8	9	10	11	12	1	1	2	3	4	5
Virgem	6	7	8	9	10	11	12	12	1	2	3	4
Libra	5	6	7	8	9	10	11	11	12	1	2	3
Escorpião	4	5	6	7	8	9	10	10	11	12	1	2
Sagitário	3	4	5	6	7	8	9	9	10	11	12	1
Capricórnio	2	3	4	5	6	7	8	8	9	10	11	12
Aquário	1	2	3	4	5	6	7	7	8	9	10	11
Peixes	12	1	2	3	4	5	6	6	7	8	9	10

E = Eclipse

LUAS CHEIAS DE 1998 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas: Signo Ascendente:	1/12 22CN	2/11 22LE	3/13E 22VI	4/11 21LI	5/11 20ES	6/10 19SG	7/9 17CP	8/8E 15AQ	9/6E 13PE	10/5 12AR	11/4 11TO	12/3 11GE
Áries	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9
Touro	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8
Gêmeos	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7
Câncer	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6
Leão	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5
Virgem	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4
Libra	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3
Escorpião	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2
Sagitário	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1
Capricórnio	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12
Aquário	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11
Peixes	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10

E = Eclipse

LUAS NOVAS DE 1999 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas:												
Signo	1/17	2/16E	3/17	4/16	5/15	6/13	7/13	8/11E	9/9	10/9	11/8	12/7
Ascendente:	27CP	27AQ	26PE	25AR	24TO	22GE	20CN	18LE	16VI	15LI	15ES	15SG
Áries	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Touro	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
Gêmeos	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
Câncer	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
Leão	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5
Virgem	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4
Libra	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
Escorpião	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
Sagitário	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1
Capricórnio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Aquário	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Peixes	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

E = Eclipse

LUAS CHEIAS DE 1999 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas: Signo Ascendente:	1/2 11CN	1/31E 11LE	3/2 11VI	3/31 10LI	4/30 9ES	5/30 8SG	6/28 6CP	7/28E 4AQ	8-26 3PE	9/25 1AR	10/24 1TO	11/23 0GE	12/22 0CN
Áries	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10
Touro	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9
Gêmeos	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8
Câncer	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7
Leão	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6
Virgem	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5
Libra	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4
Escorpião	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3
Sagitário	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2
Capricórnio	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1
Aquário	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12
Peixes	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11

E = Eclipse

LUAS NOVAS DE 2000 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas: Signo Ascendente:	1/6 15CP	2/5E 16AQ	3/6 15PE	4/4 15AR	5/4 14TO	6/2 12GE	7/1 10CN	7/31E 8LE	8/29 6VI	9/27 5LI	10/27 4ES	11/25 4SG	12/25E 4CP
Áries	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Touro	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Gêmeos	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
Câncer	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
Leão	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
Virgem	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5
Libra	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4
Escorpião	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
Sagitário	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
Capricórnio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1
Aquário	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Peixes	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

E = Eclipse

LUAS CHEIAS DE 2000 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas:												
Signo	1/21E	2/19	3/20	4/18	5/18	6/16	7/16E	8/15	9/13	10/13	11/11	12/11
Ascendente:	0LE	0VI	29VI	28LI	27ES	26SG	24CP	22AQ	21PE	20AR	19TO	19GE
Áries	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9
Touro	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8
Gêmeos	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7
Câncer	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6
Leão	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5
Virgem	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4
Libra	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3
Escorpião	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2
Sagitário	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1
Capricórnio	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12
Aquário	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11
Peixes	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10

E = Eclipse

LUAS NOVAS DE 2001 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas:												
Signo	1/24	2/23	3/25	4/23	5/23	6/21E	7/20	8/19	9/17	10/16	11/15	12/14E
Ascendente:	4AQ	4PE	4AR	3TO	2GE	0CN	28CN	26LE	24VI	23LI	22ES	22SG
Áries	11	12	1	2	3	4	4	5	6	7	8	9
Touro	10	11	12	1	2	3	3	4	5	6	7	8
Gêmeos	9	10	11	12	1	2	2	3	4	5	6	7
Câncer	8	9	10	11	12	1	1	2	3	4	5	6
Leão	7	8	9	10	11	12	12	1	2	3	4	5
Virgem	6	7	8	9	10	11	11	12	1	2	3	4
Libra	5	6	7	8	9	10	10	11	12	1	2	3
Escorpião	4	5	6	7	8	9	9	10	11	12	1	2
Sagitário	3	4	5	6	7	8	8	9	10	11	12	1
Capricórnio	2	3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	12
Aquário	1	2	3	4	5	6	6	7	8	9	10	11
Peixes	12	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	10

E = Eclipse

LUAS CHEIAS DE 2001 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas: Signo Ascendente:	1/9E 19CN	2/8 19LE	3/9 19VI	4/8 18LI	5/7 17ES	6/6 15SG	7/5 13CP	8/4 12AQ	9/2 10PE	10/2 9AR	11/1 8TO	11/30 8GE	12/20E 8CN
Áries	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10
Touro	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9
Gêmeos	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8
Câncer	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7
Leão	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6
Virgem	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5
Libra	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4
Escorpião	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3
Sagitário	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2
Capricórnio	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1
Aquário	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12
Peixes	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11

E = Eclipse

LUAS NOVAS DE 2002 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas:												
Signo	1/13	2/12	3/14	4/12	5/12	6/10E	7/10	8/8	9/7	10/6	11/4	12/4E
Ascendente:	23CP	23AQ	23PE	22AR	21TO	20GE	18CN	16LE	14VI	13LI	12ES	11SG
Áries	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Touro	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
Gêmeos	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
Câncer	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
Leão	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5
Virgem	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4
Libra	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
Escorpião	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
Sagitário	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1
Capricórnio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Aquário	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Peixes	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

E = Eclipse

LUAS CHEIAS DE 2002 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas:												
Signo	1/28	2/27	3/28	4/27	5/26E	6/24E	7/24	8/22	9/21	10/21	11/20E	12/19
Ascendente:	8LE	8VI	8LI	6ES	5SG	3CP	1AQ	29AQ	28PE	27AR	27TO	27GE
Áries	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	9-3	11-5	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9
Touro	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	8-2	10-4	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8
Gêmeos	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	7-1	9-3	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7
Câncer	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	6-12	8-2	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6
Leão	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	5-11	7-1	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5
Virgem	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	4-10	6-12	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4
Libra	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	3-9	5-11	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3
Escorpião	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	2-8	4-10	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2
Sagitário	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	1-7	3-9	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1
Capricórnio	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	12-6	2-8	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12
Aquário	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	11-5	1-7	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11
Peixes	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	10-4	12-6	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10

E = Eclipse

LUAS NOVAS DE 2003 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas:													
Signo	1/2	2/1	3/3	4/1	5/1	5/31E	6/29	7/29	8/27	9/26	10/25	11/23E	12/23
Ascendènte:	12CP	12AQ	12PE	11AR	10TO	9GE	7CN	5LE	4VI	2LI	1ES	1SG	1CP
Áries	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Touro	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Gêmeos	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
Câncer	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
Leão	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
Virgem	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5
Libra	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4
Escorpião	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
Sagitário	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
Capricórnio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1
Aquário	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Peixes	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

E = Eclipse

LUAS CHEIAS DE 2003 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas: Signo Ascendente:	1/18 28CN	2/16 28LE	3/18 27VI	4/16 26LI	5/16E 24ES	6/14 23SG	7/13 20CP	8/12 19AQ	9/10 17PE	10/10 16AR	11/9E 16TO	12/8 16GE
Áries	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9
Touro	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8
Gêmeos	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7
Câncer	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6
Leão	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5
Virgem	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4
Libra	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3
Escorpião	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2
Sagitário	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1
Capricórnio	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12
Aquário	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11
Peixes	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10

E = Eclipse

LUAS NOVAS DE 2004 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas: Signo Ascendente:	1/21 1AQ	2/20 1PE	3/20 0AR	4/19E 29AR	5/19 28TO	6/17 27GE	7/17 25CN	8/16 23LE	9/14 22VI	10/14E 21LI	11/12 20ES	12/12 20SG
Áries	11	12	1	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Touro	10	11	12	12	1	2	3	4	5	6	7	8
Gêmeos	9	10	11	11	12	1	2	3	4	5	6	7
Câncer	8	9	10	10	10	12	1	2	3	4	5	6
Leão	7	8	9	9	10	11	12	1	2	3	4	5
Virgem	6	7	8	8	8	10	11	12	1	2	3	4
Libra	5	6	7	7	7	9	10	11	12	1	2	3
Escorpião	4	5	6	6	7	8	9	10	11	12	1	2
Sagitário	3	4	5	5	6	7	8	9	10	11	12	1
Capricórnio	2	3	4	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Aquário	1	2	3	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Peixes	12	1	2	2	3	4	5	6	7	8	9	10

E = Eclipse

LUAS CHEIAS DE 2004 E CASAS AFETADAS.

Graus e Datas:													
Signo	1/7	2/6	3/6	4/5	5/4E	6/3	7/2	7/31	8/30	9/28	10/28E	11/26	12/26
Ascendente:	16CN	17LE	16VI	16LI	14ES	13SG	11CP	9AQ	7PE	5AR	5TO	5GE	5CN
Áries	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10
Touro	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9
Gêmeos	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8
Câncer	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7
Leão	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6
Virgem	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5
Libra	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4
Escorpião	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3
Sagitário	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1	8-2
Capricórnio	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-1
Aquário	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12
Peixes	5-11	6-12	7-1	8-2	9-3	10-4	11-5	12-6	1-7	2-8	3-9	4-10	5-11

E = Eclipse

BIBLIOGRAFIA

Bailey, Alice. *Esoteric Astrology*, Vol. III, Nova York: Lucis Publishing Co., 1971. "Birth, Marriages, Divorces and Deaths for *1989*."*Monthly Vital Statistics Report* v. 38:12 (4 de abril de 1990). National Center for Health Statistics.

Boyer, Richard e David Savageau. *Places Rated Almanac*. Nova York: Prentice Hall Travel, 1989.

Bradshaw, John. *Homecoming: Reclaiming & Championing Your Inner Child*. Nova York: Bantam, 1990.

"Breast Câncer Cause: Is It Too Much Fat?" *National Health* (outubro de 1979):

1. Brooks, Chris. *Midpoint Keys to Chiron*. Tempe, AZ: AFA, 1992.

Bylinsky, Gene. *Mood Control*. Nova York Scribners, 1978.

Chafetz, Janet Saltzman. *Masculine, Feminine, or Human?* Itascan, IL: E E. Peacock Publishing, 1978.

Chancellor, Dr. Philip *M. Handbook of the Bach Flower Remedies*. Saffron Walden, UK: The C. W. Daniel Co., Ltd., 1976.

Chesler, Phyllis, *Women and Madness*. Nova York: Avon Books, 1972.

Clow, Barbara Hand. *Chiron: Rainbow Bridge Between the Inner and Outer Plants*. St. Paul, MN: Llewellyn, 1993.

Cope, Oliver, M. D. *The Breast*. Boston: Houghton Mifflin, 1977.

Corea Gina. *The Hidden Malpractice*. Nova York: Jove, *1978*.

Cosby, Bill. *Fatherhood*. Nova York Berkley Publishing, 1994.

Cunningham, *Donna.Flower Remedies Handbook*. Nova York: Sterling Publishing, 1992. *Moon Signs*. Nova York: Ballantine, 1988. *[A Influência da Lua no seu Mapa Natal*. São Paulo, Editora Pensamento, 1997]

DeRosis, Helen A., M. D., e Victoria Y Pelligrino. *The Book of Hope*. Nova York Maemillan, 1976.

deVore, Nicholas. *Encyclopedia of Astrology*. Nova York: Littlefield, Adams, & Co., *1977*. Dodson, Caroly R. *Horoscopes of the U.S. States and Cities*. San Diego: ACS Publishing, 1975.

Flower Essence Society. *The Flower Essence Journal*. *v*. 1:1. Nevada City, CA The Flower Essence Society, 1980.

-*Flower Essence Repertory*. Nevada City, CA: Flower Essence Society, 1994. Fraiberg, Selma. *Every Child's Birthright*. Nova York Basic Books, 1977.

Friday, Nancy. *My Mother/My Self: the Daugther's Search for Identity*. Nova York: Dell, 1978.

Garn, Stanley M., Patricia Cole, e Stephen M. Bailey. "The Effect of Parental Fatness

Levels on the Fatness of Biological and Adoptive Children." *Ecology of Food and Nutrition* (1977):91-93.
Gauquelin, Michel. *Cosmic Influences on Human Behavior.* Santa Fe: Aurora Press, 1979. Gerzon, Mark. A *Choice of Heroes* Nova York: Houghton Mifflin, 1982.
"Good News for Heavyweights." *USA Today Magazine v* 120:2560 (Janeiro de 1992): 6. Gould, Jeffrey B., Becky Davey, and S. Stafford-Randall. "Socioeconomic Differences in the Rates of Cesarean Section.*" New England Journal of Medicine v.* 321:4 (27 de Julho de 1993): 233-240.
Grossman. *Superman: Serial to Cereal.* Nova York: Popular Library, 1976.
Hall, Manly P. *The Medicine of the Sun and Moon.* Los Angeles: Philosophical Research Society, Inc., n. d.
Hammer, Signe. *Daughters and Mothers/Mathers and Daughters.* Nova York: Signet, 1976. Hand, Robert. *Planets in Composite.* Alglen, PA: Whitford Press, 1975.
_____ . *Planets in Transit.* Alglen, PA: Whitford Press, 1975.
Hollis, Judi. *Fat is a Family Affair.* Minneapolis: Hazeldon, 1986.
Information Please Almanac, Atlas, and Yearbook, 48th ed. Boston & Nova York: Houghton Mifflin, 1995.
Johnson, Steve M. *Flower Essences of Alaska.* Homer, AK: Alaskan Flower Essence Project, 1992.
Kemp, Cynthia. *Catcus* & *Company: Patterns and Qualities of Desert Flower Essences.* Tucson, AZ: Desert Alchemy, 1993.
Kennedy, Kathy I. e Cynthia M. Visness. "Contraceptive Efficacy of Lactational Amenorrhoea." *Lances* v. 339:8787 (25 de janeiro de 1992): 227-231.
Kuczmarsk, Robert J., Katherine M. Flegal, et al. "Increasing Prevalence of Overweight Among US Adults." *The Journal of the American Medical Association v.* 272:3 (20 de julho de 1994): 205-207.
Lantero, Erminie. *The Continuing Discovery of Chiron.* York Beach, ME: Samuel Weiser, 1983.
Laurence, Leslie e Beth Weinhouse. Outrageous Practices: the Alarming Truth about How Medicine Mistreats Women. Nova York: Fawcett Columbine, 1994. *Let 's Live* (abril de 1979): 88.
Lieber, Arnold e Jerome Agel. *The Lunar Effect.* Nova York: Anchor Press, 1978. "Lipoproteins: A Delicate Balance." *Science News v.* 113 (22 de abril de 1978): 244-245. Lundsted, Betty. *Transits: The Time of* Your *Life.* Youk Beach, ME: Samuel Weiser, 1980. Marwick, Charles. "Desirable Weight Goes Up in New Guidelines." *The Journal of the American Medical Association* v. 265:1 (2 de janeiro de 1991); 17.
Maternal Nutrition and the Course of Pregnancy. Washington, DC: National Academy of Sciences, 1970
McVoy, Joseph. *Health* (outubro de 1994): 38.
Mitchell, Ingrid. *Breastfeeding Together.* Nova York: Seabring Press, 1978.
Moore, Moon. *The Book of World Horoscopes.* Birmingham, MI: Seek-It Publications, 1980.
Moreines, Robert N., M.D. *Light Up Your Blues.* Nova York: Berkley Books, 1989.

O'Brien, Dale. Audiotape. The *Myth of Chiron.* Sacramento, CA: Chironicles Press, 1990. Orbach, Susie. *Fat Is a* Feminist *Issue.* Nova York: Berkley Books, 1978.

Ouspensky, P D. *In Search of the Miraculous*,. Nova York Harcourt Brace, 1949.

Pettitt, Sabina. Energy *Medicine:* Pacific *Flower and Sea Essences.* Victoria, BC: Pacific Essences, 1993.

"Prevalence of Overweight for Hispanics — United States, 1982-1984." *Journal of the American Medical Association* v. 263:5 (2 de fevereiro de 1990): 631-633.

Price, R. Arlene, Roberta Ness, e Peter Laskarewski. "Common Major Gene Inheritance of Extreme Overweight." *Human Biology v.* 62:6 (dezembro de 1990): 747-766. Raphael, Dana, Ph. D., *The Tender Gift: Breastfeeding.* Nova York: Schocken Books,

1976. No longer in print

Rathbone, Kathleen. "The Lunar Calendar as Symbol and Affirmation." *Womanspirit v.* 2:8 (verão de 1976):51.

Register; Charles A. e Donald R. Williams. "Wage Effects of Obesity Among Young Workers." *Social Science Quarterly* v. 71:1 (março de 1991): 130-142.

Reinhardt, Melanie. *Chiron and the Healing Journey*. Nova York: Viking Penguin, 1990. Rubin, Theodore Isaac. The Angry Book. Nova York: Maemillan, 1970.

Forever Thin. Nova York: Bernard Geis Assoc., 1970.

Rubin, Theodore Isaac e David C. Berliner. *Understanding* Your Man: A Women's *Guide.* Nova York: Ballantine, 1977.

Rudhyar, Dane. *The Lunation Cycle.* Santa Fe: Aurora Press, 1986.

Sakoian, Frances e Lewis S. Acker. *The Astrology of Human Relationships.* Nova York HarperCollins, 1989.

Scarf, Maggie. *Unfinished Business: Pressure Points in the Lives of Women.* Nova York Doubleday, 1980.

Seaman, Barbara e Gideon Seaman, M. D. *Women and the Crisis in Sex Hormones.* Nova York Rawson Associates, 1977.

Segal, Julius e Herbert Yahres. "Bringing Up Mother." *Psychology Today* (novembro de 1978): 90.

Serafino-Cross, Paula e Patricia R. Donovan. "Effectiveness of Professional Breast Feeding

Honre-Support" Journal *of* Nutrition *Education v.* 24:3 (maio-junho 1992): 117-122. "Sex Differences in Brain Asymmetries." *Brain/Mind Bulletin* v. *5:* 14 (n.d.): 1680. Shapiro, David e Franck L Moa. "Long-term Employment and Earnings of Women in

Relation to Employment Behavior Surrounding the First Birth. *"Journal of* Human *Resources*, v. 29:2 (primavera de 1994): 248-276.

Starck, Marcia. Women's *Medicine Ways.* Freedom, CA: Crossing Press, 1993. Steenhuysen, Julio. Consumers Overcome Their Food Guilt" *Advertising Age v.* 64:19 (2 de maio de 1994): 58.

Stein, *Zane. Essence and Application: A View from Chiron.* Nova York: CAO Times, 1988. Steinem, Gloria. "Politics of Food." MS (fevereiro de 1980): 48.

Thorsten, Geraldine. *God Herself* Nova York Doubleday, 1980.

U.S. Bureau of the Census. *Statistical Abstract of the United States*, 114ta. ed. Washington, DC: 1994.

Van Deusen, Edmund. *Astrogenetics.* Nova York Pocket Books, 1977.
Vlamis, Gregory. *Flowers to the Rescue.* Rochester, VT Healing Arts Press, 1988. "When Breast Feeding May Be Bad." *Women's Health Letter* (novembro de 1994):7.
Wilson, Margo, Martin Daly, e Christine Wright "Uxorcide in Canada: Demographic Risk Patterns." *Canadian Journal of Criminology v.* 35:3 (julho de 1993): 263-281. Wolfe, Honora. *Menopause — A Second Spring.* Boulder: Blue Poppy Press, 1992. *Womanspirit v.* 2:8 (verão de 1976): 51.
Women's Almanac. Nova York: Lippincott, 1976.
Wood, Matthew *Seven Herbs: Plants as Teachers.* Berkeley, CA North Atlantic Books, 1987.
Wurtman, Richard, M.D. "Brain Muffins." *Psychology Today* (outubro de 1978): 140. Zucker, Martin. "Diabetes and Allergy: An Investigation Worth Pursuing." *Let 'r Live* (abril de 1979): 65.

A AUTORA

Donna Cunningham tem Mestrado em Serviço Social pela Universidade de Colúmbia. Em 1969, iniciou sua prática astrológica e recebeu o certificado de profissional conferido pela Professional Astrologers, Inc. e pela Federação Americana de Astrólogos. Com mais de 30 anos de experiência em aconselhamento como psicoterapeuta registrada, utiliza variadas ferramentas de cura — como essências florais, meditação dirigida e visualizações — em seu labor astrológico. Ela vem realizando conferências astrológicas nacionais e internacionais desde 1970 e escreveu centenas de artigos. É autora de *An Astrological Guide to Self-Awareness*, *Healing Pluto Problems* e *The Consulting Astrologer's Guidebook.* Também assina uma coluna de orientação em *Horoscope.* Donna vive atualmente em Port Townsend, WA, onde exerce a profissão.

Este livro foi composto na tipologia Garamond, em corpo 11/14, impresso Offset 75g/m2 no Sistema Cameron da Gráfica da Distribuidora Record.



Inclui textos especiais referentes à menopausa e à terceira idade

As influências da Lua sobre nós podem ser percebidas todos os dias. Estão ligadas às emoções, à agricultura, à digestão, à fertilidade, aos ciclos reprodutivos, às variações de humor que sofremos. Se conhecermos melhor o seu poder mágico, poderemos direcioná-lo para aliviar o estresse causado pela vida moderna e utilizá-lo como um instrumento de cura e prosperidade.

Este livro foi publicado inicialmente sob o título *Being a Lunar Type in a Solar World*, e a autora Donna Cunningham decidiu ampliá-lo com textos especiais referentes à menopausa e à terceira idade. A partir desta nova edição ampliada, traduzimos e lançamos no Brasil *A Lua na sua vida*, que traz surpreendentes evidências científicas, médicas e psicológicas que validam as antigas influências astrológicas da Lua.



DONNA CUNNINGHAM é astróloga e psicoterapeuta em Port Townsend, Washington (EUA), e trabalha com florais, meditação dirigida e visualizações. Publicou os livros A Astrological Guide to Self-Awareness, Healing Pluto Problems *e* The Consulting Astrologer's Guide.